

Virpi Mehtälä

KIPINÄN HETKI

Seurakuntatyö Jopo-luokkalaisen itsetunnon vahvistajana

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Yhteisöpedagogi (AMK), kirkon nuorisotyö
Toukokuu 2017**

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Toukokuu 2017	Tekijä/tekijät Virpi Mehtälä
Koulutusohjelma Yhteisöpedagogi (AMK), kirkon nuorisotyö		
Työn nimi KIPINÄN HETKI. Seurakuntatyö Jopo-luokkalaisen itsetunnon vahvistajana		
Työn ohjaaja KT Reetta Leppälä	Sivumäärä 42 + 5	
Työelämäohjaaja Nuorisotyönohjaaja Mauri Autio		
<p>Opinnäytetyöni tarkoitus oli suunnitella ja toteuttaa joustavan perusopetuksen oppilaille (JOPO-oppilaille) itsetuntoa vahvistava Kipinän hetki -tapahtuma. Opinnäytetyön hankkeistajana oli Nivalan seurakunta. Ennen varsinaista tapahtumaa kävin pitämässä JOPO-luokassa kaksi oppituntia aiheeseen liittyen. Ensimmäisellä tunnilla halusin osallistaa nuoria Kipinän hetki -tapahtuman suunnitteluun. Toisella tunnilla kävimme itsetuntoon liittyviä asioita teoreettisesti läpi. Molemmat tunnit perustuivat toiminnallisiin menetelmiin.</p> <p>Tavoitteenani oli kehittää nuorten toiveiden mukainen toiminnallinen tapahtuma, joka sytyttäisi nuoren oman kipinän, auttaisi häntä huomaamaan omia vahvuuksiaan ja herättelisi arvostamaan itseään. Tapahtuma järjestettiin Nivalan seurakunnan leirikeskuksessa Vinnurvassa huhtikuussa 2017. Työn teoriaosassa käsittelen erityistä tukea tarvitsevaan nuoreen liittyviä aiheita, itsetuntoa, seurakunnan ja koulun välistä yhteistyötä, kristillistä kasvatusta ja nuoren osallistamista toiminnallisuuden kautta.</p> <p>Kipinän hetki -tapahtuma meni suunnitelman mukaan ja saamani palaute oli pääosin positiivista. Palautteen perusteella voi päätellä, että suurin osa oppilaista oli herännyt miettimään itsetuntoon liittyviä asioita ja oli kokenut harjoituksilla olleen vaikutusta omaan itsetuntoonsa. Tapahtumasta oli jäänyt kaikille hyvä mieli ja vastaavanlaista toimintaa toivottiin lisää.</p> <p>Opinnäytetyön materiaalipaketti löytyy liitteistä. Materiaalipaketin sisältö on kasvattajien hyödynnettävissä itsetuntoa vahvistavien tapahtumien tai oppituntien avuksi. Harjoitukset toimivat hyvin myös ryhmäytteinä tehtävinä.</p>		
Asiasanat Erityisnuorisotyö, itsetunto, joustava perusopetus, kirkko, osallistaminen, peruskoulu, seurakunta, tapahtuma, toiminnallisuus		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date May 2017	Author Virpi Mehtälä
Degree programme Bachelor of Humanities, Community Educator		
Name of thesis "SPARK TIME" – Working with the church towards better self-esteem for pupils following a flexible teaching programme		
Instructor Ed. D Reetta Leppälä		Pages 42 + 5
Supervisor Youth worker Mauri Autio, Nivala parish		
<p>The purpose of my thesis was to plan and organise an event called "Spark time" for pupils following a flexible teaching programme (JOPO). (The programme is meant for pupils who are in risk of dropping out of school.) The aim of the event was to strengthen pupils' self-esteem. The project was commissioned by the parish of Nivala. Prior to the event itself, I had held 2 classes for these pupils in preparation for the upcoming event. The first class lesson was about getting the pupils involved in planning the event. During the second one we went through some of the theoretical aspects related to building up one's self-esteem. The underlying theme was functional methods of learning.</p> <p>My goal was to develop an event following the principle of "learning by doing", based on the pupils' wishes and suggestions. The aim was to actively engage them in the process, making them aware of their strengths and teaching them to appreciate themselves. The event took place in April 2017 at the premises of the parish of Nivala at the Vinnurva campgrounds. The theory part of my thesis deals with various matters related to young people who need special support. It also deals with self-esteem, cooperation between the parish and the school, Christian upbringing as well as functional methods designed to get young people involved.</p> <p>The event went according to the plan and the feedback I got was mainly positive. Based on the feedback the event had encouraged most of the participants to reflect on self-esteem related issues and they felt that the exercises had had a beneficial effect on their self-esteem. The pupils had been happy with the outcome of the event and hoped that there could be more similar events in the future.</p> <p>You can find the material package attached. It can be used for events or classes designed to support and strengthen self-esteem. The exercises can also be useful for the purpose of developing group work skills.</p>		

Key words

Special youth work, self-esteem, Jopo-teaching, church, participative methods, comprehensive school, parish, event, functional methods

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	1
2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄT	3
3 ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVA NUORI.....	5
3.1 Erityistä tukea tarvitsevan nuoren haasteita.....	6
3.2 Itsetunto	8
3.2.1 Itsetunnon kehittyminen.....	9
3.2.2 Itsetunnon vahvistaminen	11
3.2.3 Itsetunto Raamatussa.....	13
3.3 Joustava perusopetus (JOPO).....	15
4 SEURAKUNTA JOPO-LUOKAN KASVATUSTYÖN TUKENA.....	17
4.1 Seurakunnan ja koulun välinen yhteistyö	17
4.2 Yhteistyö perheisiin.....	19
4.3 Kristillinen kasvatus	20
4.4 Toiminnallisuus ohjauksessa.....	22
4.5 Nuoren osallistaminen	23
5 KIPINÄN HETKI -PROSESSI	25
5.1 Kipinän hetki -tapahtuman suunnittelu	25
5.2 Oppitunnit JOPO-luokassa	26
5.2.1 Ensimmäinen oppitunti	26
5.2.2 Toinen oppitunti	28
5.3 Kipinän hetki -tapahtuma	30
5.4 Palautteen kerääminen	31
5.5 Prosessin arviointi	32
6 POHDINTA	36
LÄHTEET	39
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Tiedäthän sen hetken, kun raapaiset tulitikkua, sytyttääksesi tulen nuotioon? Sen sekunnin murto-osan ennen kuin liekki leimahtaa tikun päähän? Kipinän hetken. Hetken, joka saa liekin syttymään täyteen loistoonsa. Mikä on se nuoren kipinä, joka saa hänet syttymään, hänen valonsa loistamaan täydellä liekillä? Sitä kipinää haluan olla sytyttämässä, puhaltamassa voimaa liekkiin. Tavoitteenani on herätellä nuori itse näkemään oma kipinänsä, omat vahvuutensa ja unelmansa.

Sydämeni palo ja halu nähdä jokaisen nuoren sisällä hehkuva kipinä, antoi minulle ajatuksen opinnäytetyöhöni. Aikaisempi työkokemukseni erityistä tukea tarvitsevien lasten ja nuorten parissa, sekä oma kohtainen kokemus kahden erityislapsen äitinä, on antanut minulle näkemystä heidän elämäntilanteeseensa, tuen tarpeeseensa ja ennen kaikkea heidän sisäiseen kipinäänsä. Tuohon kipinään haluan olla puhaltamassa voimaa vahvistamalla nuoren itsetuntoa. Hyvän itsetunnon merkitystä nuoren tulevaisuuden tiennäyttäjänä ei voi koskaan liioitella. Hyvällä itsetunnolla varustettu nuori selviää todennäköisemmin kiinni jatko-opintoihin, työelämään ja itseensä. Usko itseen siirtää vuoria.

Perheiden ja nuorten lisääntyneet ongelmat näkyvät jo koulumaailmassa ja nuorten käyttäytymisessä. Nuorten mielenterveysongelmat ja syrjäytymisen vaara puhuttavat laajasti koko yhteiskuntaa. Yhteiskunta asettaa yhä suurempia vaatimuksia ja suorituspaineita jo hyvin nuorille lapsille (Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 8). Kouluilla työskenneltyäni olen päässyt hyvin lähelle lasten ja nuorten maailmaa. Olen nähnyt monia surullisia tarinoita, joissa nuoren elämä ei ole mennyt parhaalla mahdollisella tavalla. Nämä tapaukset ovat herättäneet minut miettimään, mitä voisin itse tehdä asian hyväksi? Yhteiskunnan paineista selviytyäkseen nuoret tarvitsevat vahvan itsetunnon (Cacciatore ym. 2008, 8). Nuorten itsetuntoa voin olla vahvistamassa monella tapaa. Tämä opinnäytetyöni on osoitus yhdestä tavasta toimia nuorten itsetunnon vahvistamisen hyväksi.

Kipinän hetki on joustavan perusopetuksen eli JOPO-luokan oppilaille tarkoitettu toiminnallinen tapahtuma, jonka tavoitteena on herätellä nuorta huomaamaan oma kipinänsä ja arvonsa. Kipinän hetkessä pohditaan yhdessä, mitä hyvä itsetunto tarkoittaa ja tehdään toiminnallisia harjoituksia tämän asian havainnollistamiseksi. Toiveena tietenkin on, että nuoren sisäinen kipinä alkaisi hieman hehkuu tämän yhteisen matkan aikana.

Mennessäni Nivalan seurakunnan nuorisotyönohjaajan toimistoon kertomaan ideastani, sain heti innostuneen matkakumppanin mukaan ”kipinöitä sytyttelemään”. Ideani JOPO-luokalle toteutettavasta Kipinän hetkestä sai heti kannatusta. Itsetunnon vahvistaminen ja erilaisuuden hyväksyminen sisältyvät olennaisesti nuorisotyön tavoitteisiin. Seurakunta haluaa olla mukana ehkäisemässä syrjäytymistä ja tekemässä työtä sen eteen, että jokainen nuori, taustastaan riippumatta, kokisi olevansa hyväksytty omana itsenään. Kristillinen kasvatus perustuu ajatukseen, että Jumala näkee meidät kaikki arvokkaina. ”Ja Jumala katsoi kaikkea tekemäänsä, ja kaikki oli hyvää.” (1. Moos. 1:13). Tämän ajatuksen innoittamana halusin järjestää JOPO-luokan oppilaille itsetuntoa vahvistavan teematapahtuman, jonka hankkeistajana toimii Nivalan seurakunta. Itsetunnon vahvistamiseen kuuluu olennaisesti myös nuoren osallistaminen tapahtuman suunnitteluun. Haluan tehdä tapahtumasta nuorten näköisen ja saada heille tunteen siitä, että he ovat olleet merkittävässä roolissa tapahtuman suunnittelussa.

JOPO-luokka on tarkoitettu nuorille, jotka ovat vaarassa jäädä vaille peruskoulun päästötodistusta koulumotivaation puutteen vuoksi. He voivat olla vaarassa syrjäytyä ja tarvitsevat perinteisestä peruskouluopetuksesta poikkeavaa tukea opintoihinsa. JOPO-luokkalainen hyötyy yleensä toiminnallisesta ja työpainotteisesta oppimisesta. (JOPO-esite.) JOPO-luokan opettaja ”syttyi liekkeihin” heti ensimmäisen puhelinsoittoni jälkeen. Hän tekee työtään täydestä sydäimestään ja rakastaa oppilaitaan aidosti. Hänelle, lähes valmiille psykoterapeutille, itsetunnon vahvistaminen on normaali osa koulupäivän arkea ja itsestään selvä osa opetusta. Hän halusi lähteä enemmän kuin mielellään mukaan yhteistyöhön opinnäytetyöni pariin.

Kipinän hetki -tapahtuma toteutettiin huhtikuussa 2017 Nivalan seurakunnan leirikeskuksessa Vinnurvassa. Ennen tapahtumaa kävin JOPO-luokassa tutustumassa oppilaisiin ja kyselemässä heidän toivomuksiaan tapahtuman sisällöstä. Käytin niin tutustumisessa, mielipiteiden kartoittamisessa kuin itse tapahtumassakin mahdollisimman paljon toiminnallisia menetelmiä, koska ne ovat keinoja, joista JOPO-luokkalainen hyötyy parhaiten. Toiminnallisilla keinoilla aktivoin nuoria itse toimimaan pelkän kuuntelemisen sijaan. Toiminnallisuus näkyy opinnäytetyössäni esimerkiksi ryhmiin jakautumisessa toiminnallisuuden kautta sekä mielipiteen ilmaisemisessa asematyöskentelyn avulla.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on tarjota seurakunnalle uudenlaista näkemystä erityistä tukea tarvitsevan nuoren kohtaamiseen sekä työkaluja itsetuntoa vahvistavan toimintatuokion toteuttamiseen. JOPO-luokalaisille haluan tarjota arjesta poikkeavan koulupäivän ja tunteen siitä, että jokainen on arvokas. Toivoisin, että heidän sisällään kytevä kipinä saisi lisää voimaa niin, että jonain päivänä se valaisisi heidän elämäänsä täydellä liekillä.

2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄT

Opinnäytetyöni tarkoitus on järjestää JOPO-luokkalaisille toiminnallinen itsetuntoa vahvistava tapahtuma Nivalan seurakunnan hankkeistamana. Opinnäytetyössäni esittelen yhden toimintamallin, jonka avulla nuoren itsetunnon kehittämiseen voidaan vaikuttaa. Seurakuntien nuorisotyö hyötyy tunti- ja tapahtumasuunnitelmista ottamalla niistä vinkkejä omiin tapahtumiinsa. Opinnäytetyöni tarjoaa seurakunnille yhden lähestymistavan erityistä tukea tarvitsevan nuoren itsetunnon tukemiseen. Järjestin seurakunnan leirikeskuksessa Vinnurvassa Kipinän hetki -tapahtuman, jossa toteutin nuorten toiveiden mukaista itsetuntoa kohottavaa ohjelmaa.

Miten seurakunnan nuorisotyö voi tukea JOPO-luokan kasvatustyötä? ”Kaiken, minkä te olette tehneet yhdelle näistä vähäisimmistä veljistäni, sen te olette tehneet minulle” (Matt. 25:40). Jeesus opetti meitä omalla esimerkillään huomioimaan kaikki ihmiset tasa-arvoisesti, kukaan ei ole toista huonompi – kaikissa loistaa Jumalan valo. Seurakunnan nuorisotyön keskeinen tavoite on kerätä kaikki nuoret tasapuolisesti siipiensä suojaan, osoittaa rakkautta ja välittämistä ihan jokaiselle. JOPO-luokkalainen ei ole saanut samanlaisia eväitä elämänsä reppuun kuin moni muu nuori, mutta hänelle on tarjolla yhtä suuri paikka seurakunnan nuorisotyön parissa kuin kenelle tahansa nuorelle. Seurakunnan ja koulun välistä yhteistyötä voidaan kehittää tarjoamalla monipuolista toimintaa. Erityistä tukea tarvitsevien oppilaiden opettajat ovat suuremman kasvatustehtävän äärellä kuin yleisopetuksen opettajat; kasvatuksen haasteet ovat moninkertaiset. Seurakunnan tarjoama hengähdystauko jonkun mielekkään teeman äärellä on varmasti tervetullutta vaihtelua kouluarkeen niin oppilaille kuin opettajallekin.

Miten saada toiminnallisuutta itsetuntoa vahvistavaan tapahtumaan? ”Ei, hitsi! Täällä on niin kuuma! Missä mun kynä taas on? Kohta tunti loppuu – onneks! Mä en jaksais enää hetkeekään kuunnella ton huuhkajan pajatusta. Enkä mä ees osaa mitään. Kohta lentää kirja seinään, jos en pääse ulos!” Tarkkaavaisuushäiriöisen tai aistiyliherkän oppilaan mielessä voi risteillä kymmeniä asioita yhtä aikaa. Tarkkaavaisuuden keskittäminen opettajan monotoniseen puheeseen on työlästä – tarvittaisiin toimintaa istumisen sijaan. Toiminnallisuuden lisääminen oppitunteihin ehkäisee ylilyöntejä, joita kuormittuneen oppilaan mieli saattaa aiheuttaa. Erityistä tukea tarvitsevan nuoren itsetunto on usein heikko ja sitä ei kohoteta lukemalla kirjoista, mitä hyvä itsetunto tarkoittaa – tarvitaan jälleen toimintaa!

Miten osallistaa erityistä tukea tarvitseva nuori tapahtuman suunnitteluun? *”Ihan sama, se on ihan ok, kaikki käy, päättä sinä!”* Nämä kommentit ovat tuttujakin tutumpia nuoren suusta kuultuna mielipidettä kysyttäessä. Vielä tutumpia ne ovat, kun kyseessä on erityistä tukea tarvitseva nuori, joka on usein hukassa itseltään ja omilta mielipiteiltään. Itsetunto-ongelmien kanssa painivaa nuorta ei voisi vähempää kiinnostaa sanoa omia mielipiteitään julki, koska hän pelkää, että joku voi nauraa hänelle. Hän saattaa ajatella, että hänet leimataan ”luuseriksi” tai ”nörtiksi”. Siitä voisi mennä koko elämä entistä enemmän pilalle.

3 ERITYISTÄ TUKEA TARVITSEVA NUORI

Erityinen tuki tarkoittaa kolmiportaiseen (yleinen, tehostettu ja erityinen tuki) Oppimisen ja koulunkäynnin tuen malliin kuuluvaa tukea, jota annetaan oppilaille, joiden kasvun, kehityksen tai oppimisen tavoitteita ei saavuteta muilla tukitoimilla. Se voidaan järjestää joko yleisen tai pidennetyn oppivelvollisuuden parissa. (Jahnukainen, Pösö, Kivirauma & Heinonen 2012, 21-23.)

Erityistä tukea tarvitseva nuori nähdään usein haasteellisena kasvu- ja toimintaympäristössään. Nuori itse taas voi kokea oman osallistumisensa ja toimimisensa yhteisössä haasteellisena. Nuoren osallistumista ja toimimista voi haastaa nuori itse, ympäristö tai vuorovaikutus. (From & Koppinen 2012, 9.) Määriteltäessä erityistä tukea tarvitsevaa nuorta, kiinnitetään nykyään enemmän huomiota ihmisarvoon. Määrittelyssä korostuu siis ihminen vamman ja erilaisuuden sijaan. Termi erityislapsi tai -nuori on sen vuoksi korvattu käsitteellä erityistä tukea tarvitseva lapsi tai nuori. Tuen tarve voi olla tiedollisen, fyysisen, taidollisen, tunne-elämän tai sosiaalisen kehityksen alueella. Tuen tarve voi syntyä myös nuoren terveyttä tai kehitystä vaarantavissa kasvuoloissa. (Hovinen, Pekkala & Puurunen 2011, 10-11.)

Vammaispalvelulaki määrittelee vammaiseksi henkilön, ”jolla vamman tai sairauden johdosta on pitkäaikaisesti erityisiä vaikeuksia suoriutua tavanomaisista elämän toiminnoista” (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 3.4.1987/380, §2). Nuori voi olla erityisen tuen tarpeessa myös ilman virallista diagnoosia vammasta tai sairaudesta. JOPO-luokassa olevat oppilaat kuuluvat useimmiten tähän ryhmään. Janhonen ja Sarja (2011, 20) toteavat, ettei JOPO-oppilas tarvitse erityisopetusta, vaan hänelle riittää henkilökohtainen tuki ja mahdollisuus joustavaan perusopetuksen suorittamiseen. Aro, Aro, Koponen ja Viholainen (2012, 308) toteavat niin ikään tukitoimien tarpeen määrittävän nuoren arkisten ongelmien ja tarpeiden kautta, eikä niiden saamiseen edellytetä diagnoosia.

Erityistä tukea tarvitsevasta nuoresta käyttäisin itse mielelläni termiä erityisen ihana nuori. Vaikka erityisen tuen tarpeessa olevan nuoren käyttäytyminen on usein haasteellista, voidaan miettiä, ketä tai mitä se haastaa? Se haastaa kasvattajaa. Kasvattajan on kasvettava. Erityisen ihanalla nuorella on erityinen tehtävä - hän haastaa kasvattajan kehittelemään uusia lähestymistapoja ja toimintamalleja. Hän haastaa kasvattajan menemään omalle epämukavuusalueelleen päivästä toiseen. Se, jos mikä, kasvattaa. Ilman erityisen ihania nuoria maailma olisi varsin harmaa. He, jos ketkä, osaavat räpäyttää ja saada ”maailmankirjat sekaisin” pienessä hetkessä.

3.1 Erityistä tukea tarvitsevan nuoren haasteita

Nuoruus itsessään tuo jo haasteita nuoren elämään ja käytökseen. Murrosiän biologiset muutokset aiheuttavat hämmennystä. Nuori voi olla hukassa itseltään etsiessään omaa minuuttaan ja suhdettaan muihin ihmisiin. Erityistä tukea tarvitsevan nuoren nuoruus voi olla vielä haasteellisempi heikon minäkuvan ja itsetunnon vuoksi. Hän voi kokea olevansa liian erilainen ja joukon ulkopuolinen. Kaverisuhteita on yleensä normaaliin nuoreen verrattuna vähemmän. Marttusen ja Karlssonin (2013, 7) mukaan ei ole yhtä ainoaa oikeaa nuoruutta, vaan nuoruus on hyvin yksilöllinen. Kuohunta ei kaikilla näy ulospäin, kun taas toisilla se on erittäin voimakasta. Kasvattajilta vaaditaan siis herkkyyttä ohjata nuorta yksilöllisesti; toinen vaatii rohkaisua, toinen suojelua. Uusitalo (2007, 33) toteaa erillisyyden ja yksinäisyyden tunteiden voivan johtua muun muassa vammaisuudesta, poikkeavasta seksuaalisesta suuntautuneisuudesta tai erityislahjakkuudesta.

Yhteiskunnan rakennemuutokset ovat vaikuttaneet rajusti perheiden elämään. Yhteiskunnallinen ilmapiiiri on muuttunut ja palveluja on supistettu. Näiden muutosten vaikutukset ulottuvat myös lapsiin ja vanhemmuuteen. Ihmisten syrjäytyminen ja eriarvoisuus ovat lisääntyneet. Nämä muutokset näkyvät väistämättä myös nuorten maailmassa. Lastensuojelun asiakasmäärä on ollut nousussa 1990-luvulta lähtien. (Taskinen 2012, 7-8.) Yhteiskunnan muutokset ovat kauaskantoisia ja voivat ulottua monen sukupolven päähän. Vaikka psykiatrisen sairaanhoidon sairaalapaikkoja on vähennetty, ovat lasten ja nuorten sairaalapaikat lisääntyneet. Kansainvälisesti verrattuna Suomessa on paljon psykiatrisia laitoshoitopaikkoja. Avohoito ei ole kehittynyt laitospaikkojen vähentämisen tahdissa, mikä näkyy ongelmina perheissä. (Soisalo 2012, 13-15.) Jopa joka viides nuori kärsii mielenterveyshäiriöistä ja vieläkin useampi oireilee psyykkisesti (Marttunen 2013, 3).

Tiedotusvälineiden vaikutus ja yhteiskunnassa voimistuva kilpailu vaikuttavat myös nuorten psykososiaalisen pahoinvoinnin lisääntymiseen. Impulsiivinen käytös on lisääntynyt nuorten keskuudessa, mikä heijastelee heidän vaikeuksiaan tulla toimeen itsensä ja ympäristön kanssa. (Friis, Eirola & Mannola 2004, 12.) Sinkkonen (2015, 129) on tehnyt saman havainnon ja toteaa nuorten olevan impulsiivisia ja elämyshakuisia, mikä johtaa usein ylilyönteihin. Hän mainitsee tämän johtuvan keskushermoston keskeneräisyydestä, ei niinkään hormonimyrskyistä.

Taloudellinen ahdinko on aiheuttanut monille perheille syrjäytymistä ja sitä kautta mielenterveys- ja päihdeongelmia sekä perheväkivaltaa. Riskikäyttäytyminen siirtyy yhä nuoremmille lapsille perheissä. Päihteet, huumeet ja tupakointi aiheuttavat nuorille terveydellisiä ja psykososiaalisia ongelmia. (Friis

ym. 2004, 13.) Köyhyys lisää riskiä sairastua mielenterveysongelmiin. Perheiden oikea tukeminen estää negatiivisten sosiaalisten ongelmien siirtymisen lapsille. (Soisalo 2012, 19.) Kansainvälisesti verrattuna suomalaisnuoret juovat humalahakuisemmin kuin muiden maiden nuoret. Tämä aiheuttaa sekä fyysisiä että sosiaalisia ongelmia nuorille. Päihdeongelmat ovat yhteydessä mielenterveyteen. (von der Pahlen, Lepistö & Marttunen 2013, 109.)

Oppimisvaikeudet liittyvät yleisimmin vaikeuksiin oppia ja käyttää kieltä tai matematiikkaan ja päättelyyn liittyviä taitoja. Muistin, motoriikan, visuaalisen tiedon prosessoinnin sekä sosiaalisten taitojen oppimisen ongelmat kuuluvat myös oppimisvaikeuksien piiriin. Itsesäätelyn, tarkkaavuuden ja toiminnanohjauksen häiriöt ovat myös osa oppimisvaikeuksia. Oppimisvaikeuksien aiheuttajana on yleensä keskushermoston kehityksen poikkeama. (Aro ym. 2012, 299-301.) Arviolta 5-10 prosentilla lapsista esiintyy oppimisvaikeuksia (Korhonen 2015, 211). Nuoret, joilla on erilaisia oppimisvaikeuksia tai muuta erityisen tuen tarvetta, haluavat usein peitellä ongelmaansa. Itsetunto-ongelmat kulkevat usein käsi kädessä oppimisvaikeuksien kanssa. Oikeanlaisen tuen saaminen on usein moniammatillisen ja perheyhteistyön toiminnan tulos.

Tarkkaavaisuuden ja ylivilkkauden häiriö (ADHD) ilmenee keskittymiskyvyttömyytenä, impulsiivisuutena sekä elämänhallintataitojen puutteena. Oman toiminnan ohjailun sekä ajankäytön hallinnan ongelmat liittyvät myös ADHD-oireisiin. (Hietala, Kaltiainen, Metsärinne & Vanhala 2010, 93.) Näiden lisäksi ADHD-oireisiin liittyy hyperaktiivisuus eli motorinen levottomuus, mikä ilmenee liiallisena liikkumisena tai puhetulvana. Impulsiivisuus tarkoittaa toimintaa ilman harkintaa, jolloin toiminnan seurauksia ei ehdiä miettiä. (Aro ym. 2012, 307.) Sinkkonen (2015, 156-157) pohdiskelee ADHD-oireisten lasten lisääntyntä määrää viimeisen 50 vuoden aikana. Koska kyseessä on vahvasti perinnöllinen oireyhtymä, eikä 50 vuotta sitten ADHD-oireisiä lapsia ollut juurikaan, hän arvioi muiden tekijöiden vaikuttavan lasten ylivilkkauteen. Sinkkonen mainitsee nykypäivän lasten kuormittuvan jo hyvin pieninä auditiiivisista ja visuaalisista ärsykkeistä. Televisiot, pelikonsolit ja päiväkotien meteli ylikuormittavat lapsen keskeneräistä keskushermostoa.

Nuorilla erilaiset riippuvuudet vaikeuttavat keskittymistä koulunkäyntiin aiheuttaen levottomuutta. Nykypäivän vitsauksena ovat netti-, peli- ja pornoriippuvuudet. Ne käyttävät alkoholi- ja huumeriippuvuuksien kanssa samoja aivojen palkitsemisjärjestelmiä. Jatkuva väkivaltapeliin pelaaminen aiheuttaa väkivaltaista käytöstä, ylivilkkyneisyyttä, turtumista sekä empatiakyvyn puutetta. Pelien ääressä istuminen heikentää fyysistä kuntoa ja unen laatua, nostaa verenpainetta sekä lisää makeanhimoa. Peleissä

samojen kuvioiden jatkuva toistaminen jättää jälkensä nuoren kehittyvään mieleen. (Sinkkonen 2015, 173-175.) Pelien aiheuttamat käyttäytymisen ongelmat tuovat suuria haasteita kasvattajille.

Sosiaalisilla suhteilla on suuri merkitys mielenterveyteen ja somaattisiin sairauksiin. Ongelmat sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ovat tavallinen syy lastenpsykiatriseen tutkimukseen. Yksinäisyys, riidat kaverisuhteissa ja vaikeus tulla toimeen oman ikäisten seurassa ovat merkkejä sosiaalisen vuorovaikutuksen ongelmista. Syyt voivat löytyä lapsesta tai kasvuympäristöstä. Esimerkiksi epätavallinen harrastus, luonteen arkuus tai puheen- ja kielenkehityksen ongelmat voivat aiheuttaa kaveriporukan ulkopuolelle jäämistä. Sosiaaliset taidot voivat jäädä heikoiksi myös liiallisen virtuaalimaailmassa vietetyn ajan vuoksi. (Korhonen 2015, 233-234.) Yläkouluiässä erilaisuus, syystä tai toisesta, voi aiheuttaa syrjäytymistä ja koulumotivaation laskemista. Jos nuori ei tunne olevansa hyväksytty, hän voi menettää mielenkiintonsa opiskelua kohtaan. Murrosikä on oman identiteetin rakentumisen aikaa, jolloin itseä verrataan herkästi muihin. Itsetunnon vahvistamisella voidaan ennaltaehkäistä syrjäytymistä.

3.2 Itsetunto

Itsetunnon määrittelemineen on haastavaa. Itsetuntoa ei voi mitata millään laitteella eikä sitä pysty silmin näkemään. Itsetunto on ajatus, joka on jokaisen päässä ja siten myös alati muuttuva. Itsetunnolla on kuitenkin suuri merkitys ihmisen elämään. Se vaikuttaa ihmisen olemukseen, ajatukseen ja tekoihin ja myös siihen, miten muut häneen suhtautuvat. (Cacciatore ym. 2008, 12.) Hyvän itsetunnon merkitystä ei voi vähätellä, koska se on ihmisessä läsnä joka hetki muovaten omakuvaa ja itsearvostusta. Nuoren ihmisen elämässä hyvällä itsetunnolla on vielä suurempi merkitys, koska se voi vaikuttaa nuoren tulevaisuuteen esimerkiksi uravalinnan ja muiden merkittävien elämänratkaisujen kautta.

Itsetuntoon liittyy ihmisen kyky luottaa itseensä, pitää itsestään ja arvostaa itseään kaikkine heikkouksineen. Itsetunto on kykyä nähdä oma elämä arvokkaana ja ainutlaatuisena. Se on kuitenkin vain yksi osa ihmisen persoonallisuutta eikä se yksistään määrittele ihmisen arvoa tai onnistuneisuutta. On luonnollista, että itsetunnon määrä vaihtelee eri elämänvaiheissa. Pettymykset ja epäonnistumiset elämässä saattavat kolauttaa itsetuntoa väliaikaisesti. Hyvään itsetuntoon liittyy myös pettymyksistä selviytyminen. Koulumenestyksellä on havaittu olevan selkeä yhteys itsetuntoon. Luottamus omaan oppimiskykyyn takaa jopa paremman koulumenestyksen kuin älykkyys. (Keltikangas-Järvinen 2003, 16-40.) Luonteen joustavuus ja vaikeuksista selviytymisen kyky ovat monella tavalla yhteydessä oppimiseen. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 9).

Itsetuntoon liittyy kolme ominaisuutta: itsensä tunteminen ja arvostaminen sekä itseensä luottaminen. Itsetunto ei ole yksiselitteisesti joko hyvä tai huono. Se ei ole pysyvä olotila, vaan se voi vaihdella nopeasti elämäntilanteiden mukaan. (Niemi 2014, 15-18.) Itsearvostusta on kyky pitää itsestään. Siihen liittyy niin omien fyysisten, sosiaalisten kuin psyykkistenkin ominaisuuksien hyväksyminen. Itsestään pitäminen rakentaa vahvan pohjan itsetunnolle. Vahva itsetunto antaa rohkeutta kohdata toiset ihmiset samanarvoisina ja kyvyn arvostaa myös muiden vahvuuksia. Se luo pohjan tasa-arvoiselle vuorovaikutukselle. (Viljamaa 2008, 14-103.)

Itsetunto on kykyä nähdä hyviä ominaisuuksia itsessään. Se ei kuitenkaan ole itsensä ylikorostamista, vaan sekä omien heikkouksien että vahvuuksien hyväksymistä. Hyvän itsetunnon omaava ihminen luottaa omiin kykyihinsä ja arvostaa itseään. Hän näkee oman elämänsä ainutkertaisena ja arvokkaana. Oman arvokkuuden mittarina ei ole ylisuorittaminen tai onnistumisen pakko. Hyvään itsetuntoon kuuluu muiden arvostaminen ja heidän mielipiteidensä kunnioittaminen. Uskallus tehdä omaan mielipiteeseen perustuvia ratkaisuja toisia loukkaamatta, itsenäisyys ja tunne oman elämän hallinnasta liittyvät hyvään itsetuntoon. Hyvä itsetunto auttaa selviämään pettymyksistä ja epäonnistumisista. Ihminen ymmärtää, että virheen tekeminen ei tarkoita, että on huono ihminen. (Keltikangas-Järvinen 2003, 17-23.)

3.2.1 Itsetunnon kehittyminen

Lapsen itsetunnon kehittymistä voi verrata puuhun. Lapsi on kuin puu ja itsetunto sen runko; puu kasvaa koko ajan ja sen kasvuolosuhteet vaikuttavat siihen, millainen puusta kehittyy. Puun parasta ravintoa on hyvä vanhemmuus ja paras kasvualusta turvallinen ja pysyvä koti. Pienen lapsen kasvuympäristö pysyy yleensä melko muuttumattomana, joten läheisillä ihmisillä on merkittävä vaikutus lapsen itsetunnon kehittymiselle. (Cacciatore ym. 2008, 43-45.) Itsetunto kehittyy vuorovaikutuksessa sosiaalisen ympäristön kanssa, joista tärkein on ydinperhe. Sen rakentumiseen vaikuttavat myös ikätoverit, työtoverit, sukulaiset ja ystävät. (Niemi 2014, 15-16.)

Terveen itsetunnon kehittymiseen riittää jo lapsen kanssa vietetty aika. Aikuisen läsnäolo normaalissa arjessa riittää tukemaan lapsen itsetunnon vahvistumista – sirkushuveja siihen ei tarvita. Lapsen rakastaminen ehdoitta, hänen arvostaminen omana itsenään ja hänen taitojensa kehuminen luovat hyvän kasvualustan hyvälle itsetunnolle. (Niemi 2014, 19-20.) Kun lapsi saa hoivaa ja huolenpitoa, hänelle kehittyy tunne omasta tärkeydestään. Hoivan saaminen silloin, kun lapsi itse ilmaisee siihen tarpeen, antaa

lapselle varmuuden oman elämän hallitsemisesta. Perusluottamuksen rakentuminen muihin ihmisiin varhaisessa vuorovaikutuksessa luo pohjan itseluottamuksen synnylle. Kun lapsi voi luottaa siihen, että vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa tuottaa hyvää mieltä, hän oppii myös luottamaan itseensä. (Keltikangas-Järvinen 2003, 125-128.) Suomalainen kasvatuskulttuuri ei perinteisesti ole tukenut lapsen itsetunnon kehittymistä, sillä suomalainen ei helposti toistaan kehu. Onneksi suunta on muuttumassa ja uusi sukupolvi on alkanut ymmärtää lapsen kehumisen ja kannustamisen merkityksen. Ulkomailla lasten kanssa matkustaessa kulttuurien eron huomaa selvästi – ulkomailla vieraatkin ihmiset kehuvat turistien lapsia vuolaasti.

Pieni lapsi ei osaa vielä säädellä tunteitaan, vaan hän näyttää kaikki tunteensa, niin ilonsa kuin mielihänsä, juuri siinä hetkessä ja sillä voimakkuudella kuin ne sattuvat tulemaan. Kauppareissulla ostamatta jäänyt karkkipussi saattaa saada aikaan raivokohtauksen kassajonossa. Keltikangas-Järvinen (2003, 137) toteaa tunteiden hallinnan kehittymisen olevan osa itsetunnon kehitystä. Tämä sisäisen itsesäätelyn kehitys kestää vuosia ja kasvattaa itsevarmuutta. Tunteiden hallinnan taidot antavat esimerkiksi kyvyn käsitellä pettymyksiä niin, ettei jokainen epäonnistuminen aiheuta itsetunnon romahtamista. Niemen (2014, 177) mukaan tunnetaidot opitaan omilta vanhemmilta. Tarkoitus ei ole oppia poistamaan kielteisiä tunteita, vaan oppia säätelämään tunteista johtuvaa käyttäytymistä.

Rajojen asettaminen pienelle lapselle kehittää hänen itsetuntoa ja kykyä selvittää ennalta arvaamattomista tilanteista. Kun lapsi oppii pienestä pitäen huomaamaan, mitä tekemisistä seuraa, hän osaa myöhemmin ennakoita tapahtumien lopputuloksia, mikä lisää hänen itsevarmuuttaan ja itseluottamustaan. (Keltikangas-Järvinen 2003, 148.) Rajoittamisessa on kyse turvallisuudesta ja siitä, että lapselle tulee tunne, että hänestä välitetään (Sinkkonen 2015, 24). Kun lapsi saa oikeassa suhteessa rajoja ja rakkautta, hänestä kasvaa tasapainoinen itseensä luottava aikuinen.

Varhaisteini-ikä on haasteellista aikaa itsetunnolle. Nuoren persoonallisuus on kasvuvaiheessa ja omaa identiteettiä peilataan muihin. Tunteet elävät omaa elämäänsä vuoristoradalla kiitäen hetkessä ilosta vihaan ja raivoon. Tunteiden hallinta tasoittuu yleensä 17-21 vuoden iässä. Vaikka nuoret saattavat usein kokea omaavansa heikon itsetunnon, on lohduttavaa tietää, että itsetuntoa voi aina kehittää. (Rydahl 2010, 13-15.) Murrosikäisen itsetunnolle on tyypillistä päivittäiset vaihtelut – puhutaan ilmapuntari-itsetunnosta. Se ei kuitenkaan ole sama asia kuin perusitsetunto, joka taas on aika pysyvä. Lapsuudessa hyvän itsetunnon saanut lapsi omaa sen yleensä vielä nuoruudessakin. Todellisen itsetunto-ongelman havaitseminen vaatii kasvattajalta näiden kahden itsetuntotyypin erottamiskykyä. (Keltikangas-Järvinen 2003, 33-34.)

3.2.2 Itsetunnon vahvistaminen

Itsetunnon vahvistaminen ei ole taikatemppu, joka tapahtuu silmänräpäyksessä osallistumalla itsetuntoa vahvistavaan verkkokurssiin tai lukemalla aiheesta kertovan kirjan. Itsetunnon vahvistaminen tapahtuu askel askeleelta onnistumisten ja positiivisten palautteiden myötä. Itsetuntoon voi vaikuttaa tietoisesti pyrkimällä muuttamaan omaa asennettaan itseään kohtaan sekä suuntaamalla ajatuksia positiiviseen. Kasvattajien rooli lapsen ja nuoren itsetunnon vahvistamisessa on merkittävä. Kasvattajien on tunnettava itsetuntoa vahvistavien menetelmien ja vuorovaikutuksen perusteita.

Itsetuntoa vahvistavia keinoja, oppaita ja kursseja on monenlaisia. Kasvattajan on valittava niistä tilanteeseen ja kohderyhmälle sopivimmat. Yksi aikamme merkittävistä suomalaisista positiivisen pedagogiikan tutkijoista ja kehittäjistä on kasvatustieteen maisteri Kaisa Vuorinen. Yhdessä Lotta Uusitalo-Malmivaaran kanssa kirjoittamassaan kirjassa *Huomaa hyvä! (2016)* he esittelevät luonteenvahvuuksien lujittamisen keinoja positiivisen pedagogiikan keinoin. Positiivinen pedagogiikka tuo esille jokaisen oppijan taidot ja vahvuudet siten, että kaikki voisivat tuntea olevansa hyviä. Sen tavoitteena on tukea oppijan kykyä selvitä elämän kolhuista sekä mahdollistaa oppimisympäristö, joka on myönteisen vuorovaikutuksen ja ihmisenä kasvun aarreaittaa. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 10.)

Positiivinen luonteenkasvatus tukee jokaisen lapsen kasvua kohti oman persoonansa parasta potentiaalia. Tunnistamalla luonteenvahvuuksia ja rakentamalla niille, lapsen itseluottamus kasvaa ja hän saa onnistumisen kokemuksia. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen 2016, 35-36.) Tärkeimpiä luonteenvahvuuksia ovat esimerkiksi huumorintaju, reiluus, sisukkuus, rehellisyys, rohkeus, sosiaalinen älykkyys ja rakkaus (Vuorinen). Positiivinen pedagogiikka sopii hyvin toteutettavaksi niin kouluissa kuin muissakin kasvatusympäristöissä. Peruskoulun opetussuunnitelman perusteissa kasvatuksen yhtenä tavoitteena on tukea lapsen kasvua tasapainoiseksi ja terveen itsetunnon omaavaksi ihmiseksi (Opetushallitus 2014, 16). Opinnäytetyöni aihe, itsetunnon kohottaminen, on peruskoulun opetussuunnitelman mukainen ja sopii siten hyvin toteutettavaksi peruskoulun JOPO-luokassa.

Vanhempien kasvatusasenteet vaikuttavat lapsen itsetunnon kehitykseen. Jos vanhemmat ajattelevat lapsen olevan yhteistyöhaluinen, innokas oppija ja sopeutuvainen, se heijastuu lapsen itsetuntoon kohottavasti. Jos taas vanhemmat ajattelevat, että lapsen tulisi olla kiltti ja tottelevainen, lapsen itsetunto jää matalaksi. Vanhemman tausta-ajatukset heijastuvat kasvatukseen. (Keltikangas-Järvinen 2003, 162.) Vanhempien rakkausajattelu lastaan kohtaan on oltava kuitenkin tasapainossa. Cacciatoren ym. (2008,

105-106) mukaan omistava rakkaus lasta kohtaan heikentää lapsen itsetuntoa. Jos aikuinen sitoo lapsen liian tiukasti kiinni itseensä eikä uskalla antaa lapsen itsenäistyä, lapsen itsevarmuus kärsii.

Perheessä lasten tasapuolinen kohtelu ja yksilöllinen huomioiminen luovat pohjaa terveelle itsetunnolle. Lapset ovat ainutkertaisia ja heillä on jokaisella omat vahvuutensa. Tasapuolisuus lasta kohtaan ei siis tarkoita lasten tasapääistämistä taitojen suhteen vaan oikeudenmukaisuutta. (Keltikangas-Järvinen 2003, 165-166.) Ei ole väärin kehua toista lasta hyvistä musiikinlahjoista ja toista hyvin korjatusta moposta. Lapsen on hyvä oppia arvostamaan myös muiden taitoja.

Vaikka vanhempien vastuu lapsen itsetunnon kehitykselle on merkittävä, ei vanhempi kuitenkaan ”luo” lastaan. Lapsi ei ole tyhjä taulu syntyessään, vaan hänellä on oma temperamentti ja persoona, jotka vaikuttavat vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen. Myös ympäristötekijät, ystävät, koulu ja elämän sattumukset vaikuttavat lapsen elämään. Lapsen on itse kuljettava oma elämänpolkunsu kohti omia vahvuuksiaan ja unelmiaan. (Cacciatore ym. 2008, 103.) Vanhemmat kokevat usein liikaa syyllisyyttä lasten kasvattamisesta. Vanhemman syyllistyminen ei ainakaan paranna vuorovaikutussuhdetta lapseen. Sinkkonen (2008) toteaa vanhempia syyllistettävän liikaa. Vanhempien lasten kanssa viettämää aikaa puntaroidaan puolesta ja vastaan – milloin lapseen ripustaudutaan liikaa, milloin ollaan liian urakeskeisiä. Syyllisyyden pistot sydämessä ovat osa vanhemmuutta.

Itsetuntoa voidaan vahvistaa mielikuvien avulla (Cacciatore ym. 2008, 138). Erilaisten esimerkkitarinoiden valossa itsetunnon merkitystä arkisiin tilanteisiin voidaan havainnollistaa lapsille ja nuorille. Tarinoiden pohjalta käytävä keskustelu vahvistaa nuoren käsitystä siitä, mitä itsetunto tarkoittaa käytännössä. Suunnittelin Kipinän hetki -tapahtumaan kaksi mielikuviin perustuvaa tarinatuokiota. Niiden tarkoituksena on sekä rauhoittaa työskentelyä että vahvistaa itsetuntoa mielikuvien avulla. Toisessa tarinassa on lisäksi kristinuskon mukainen sisältö, jossa enkelit Usko, Toivo ja Rakkaus valavat luottamusta nuoriin.

Monet toiminnalliset menetelmät ja leikit on kehitetty tukemaan itsetunnon kehittymistä. Lions Quest -ohjelma on yksi menetelmä, jonka oppimisen alueita ovat sosioemotionaaliset taidot. Keskeisiä sosioemotionaalisia taitoja ovat minätietoisuus, sosiaalinen tietoisuus, vastuullinen päätöksenteko, itsensä hallinta ja ihmissuhdetaidot. (Lions Quest, 14-15.) Ohjelmapaketti sisältää valmiiksi suunniteltuja oppitunteja toiminnallisine harjoituksineen. Sosioemotionaaliset taidot liittyvät vahvasti myös itsetunnon kehittymiseen. Lions Quest -ohjelma korostaa aikuisen roolia lapsen itsetunnon kehittymisen tukena. Aho (1996, 48-52) mainitsee kasvattajan persoonan olevan hänen tärkein työvälineensä. Aikuisen tulee olla

aidosti kiinnostunut lapsesta ja luotava psykologisesti turvallinen kasvuilmapiiri. Lapsi ei saa joutua pelkäämään nöyryytystä, vähättelyä, hylkäämistä eikä pilkkaa. Lapselle annetun palautteen tulisi olla motivoivaa, toivottuja käyttäytymismalleja vahvistavaa. Lions Quest -ohjelma pohjautuu Ahon näemyksiin itsetunnon kohottamisessa.

3.2.3 Itsetunto Raamatussa

Vaikka Jumala loi ihmisen omaksi kuvakseen, hän ei ole silti täydellinen niin kuin Jumala on. Hellsten (2001, 57) toteaa ihmisen olevan keskeneräinen ja täynnä harha-askelia ja erehdyksiä. Jumala on täydellinen, tietää täydellisesti, osaa täydellisesti ja tekee täydellisesti. Syntiinlankeemuksessa ihminen valitsi epätäydellisyyden. Ihmisen on vaikea hyväksyä omaa epätäydellisyyttään. Niemi (2014, 11) kirjoittaa Jumalan antaneen ihmiselle lahjaksi resuisen ja rikkaan elämän. Elämän merkitys syvenee, kun itsetunto on terve. Ihminen tuntee itsensä, tietää olevansa arvokas ja tiedostaa päämääränsä. Itsensä arvostaminen antaa voimia pitää huolta itsestä.

Epätäydellisyyden pohdiskelu sopii hyvin käsiteltäväksi juuri JOPO-luokkalaisen kohdalla. Vaikka kukaan ihminen ei ole täydellinen, niin epätäydellisyyden tunne voi korostua JOPO-luokkalaisen kohdalla. JOPO-luokkalainen käy peruskoulua pienryhmässä, missä hän saa erityistä tukea koulunsa suorittamiseen. JOPO-luokkalainen saattaa kokea muita oppilaita enemmän omaavansa heikon itsetunnon ja olevansa epätäydellinen. Itsetunnon vahvistaminen on yksi keino ennaltaehkäistä nuorten syrjäytymistä. Hakkarainen & Vappula (2015, 47) toteavat syrjäytymisvaarassa olevien pienryhmäoppilaiden ohjaamisen olevan yksi tärkeä seurakunnan ja koulun välisen yhteistyön muoto.

Itseluottamus on tietoa siitä, kuka on. Se perustuu itsetuntemukseen, joka edellyttää rehellisyyttä itseään kohtaan. Ihmisen on kyettävä nöyrytymään; myöntämään virheensä ja kyettävä kohtaamaan kipua. Itseluottamus ei voi perustua valheellisuuteen, koska valheeseen ei voi luottaa. Rehellisyys itseään kohtaan poistaa pelon. Itseluottamusta voidaan pitää hengellisen elämän tuntomerkinä ja ilmenemismuotona. Kun ihmisellä on täysi luottamus omaan sisimpäänsä ja itseensä, se merkitsee kykyä hengelliseen elämään ja Jumalaan luottamiseen. Luottaminen on uskon syvin olemus. (Hellsten 2001, 135-140.) Ihminen saa olla Jumalan edessä resuinen ja keskeneräinen. Itseluottamuksen kautta ihminen voi kuitenkin luottaa täysin Jumalan ehdottomaan rakkauteen. Opinnäytetyöni toteutuksen yhteydessä haluan tuoda esille juuri tämän Jumalan ehdottoman rakkauden jokaista kohtaan. Jumala ei määrittele ihmisen arvoa täydellisyyden tai keskeneräisyyden mukaan.

Epätäydellisenä eläminen tuo väistämättä ihmisen elämään kärsimystä. Toisilla vastoinikäymiset ovat suurempia, toisilla pienempiä. Vastoinikäymiset voivat painaa myös itsetuntoa alas – ne voivat haavoittaa sielua. Niemi (2014, 126-127) pohdiskelee kärsimyksen merkitystä ihmiselle; kärsimyksen keskellä on vaikea ajatella kärsimyksellä olevan jokin suurempi tarkoitus tai oppiläksy. Kärsimys voi kuitenkin jaloistaa ihmistä, tehdä hänestä vahvemman. Kaikelle kärsimykselle ei löydy merkitystä. Raamatusta löytyy useita kohtia, joissa ihminen kääntyy Jumalan puoleen vaikeuksien keskellä. Psalmien teksteissä sanotaan: ”Herra, sinä tiedät, mitä minä kaipaen, huokaukseni ovat tulleet sinun korviisi” (Ps. 38:10). Itsetuntoa voi voimaannuttaa myös tieto Jumalan läsnäolosta ja armosta. Oman keskeneräisyyden hyväksyminen on helpompaa, kun tietää, että Jumala ei tuomitse epätäydellistä eikä rikkinäistä. Jumalaan voi turvata heikkona hetkenä ja pyytää apua rukouksen kautta.

Vahva itsetunto antaa voimavaroja olla aidossa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Kun ei tarvitse alinomaa ajatella, mitä muut ajattelevat, voi olla aidosti kiinnostunut myös toisten asioista ja elämästä. (Niemi 2014, 21.) Raamatussa tämä lähimmäisenrakkauden teema on yksi kantava ydinajatus. ”Rakasta lähimmäistäsi niin kuin itseäsi” (Matt. 22:39). Nämä Jeesuksen opetuksen sanat ovat yksi kristinuskon tärkeimmistä opetuksista. Niemen (2014, 21) mukaan heikon itsetunnon omaavan kohdalla tämän käskyn voisi kääntää toisinpäin: ”Rakasta itseäsi niin kuin lähimmäistäsi”. Ihminen, jolla on heikko itsetunto, hakee usein pönkitystä omalle itsetunnolleen uhrautumalla ja miellyttämällä muita epäterveellä tavalla. Hyvän itsetunnon omaava ihminen osaa olla terveesti itsekäs – hän ei uhraa koko elämänsä muiden palvelemiseen.

Ihminen, jolla on hyvä itsetunto, näkee elämässään enemmän positiivista kuin negatiivista. Mielialat ja tunteet vaikuttavat itsetuntoon. Itseluottamus on parempi silloin, kun mieliala on hyvä. (Keltikangas-Järvinen 2003, 35.) Onnellisuus on siis yksi itsetuntoa vahvistava tekijä. Niemi (2014, 64) pohdiskelee onnellisuuden merkitystä ihmisen elämässä. Useissa tutkimuksissa uskon on todettu lisäävän ihmisen onnellisuutta. Raamatussa sanotaan: ”Minä oivalsin, ettei ihmisellä ole muuta onnea kuin iloita ja nauttia elämän hyvydestä” (Saarn. 3:12). Usko voi tarjota ihmiselle mielekästä sisältöä elämään, laajentaa ystäväpiiriä ja tuoda tätä kautta onnellisuutta ihmisen elämään.

3.3 Joustava perusopetus (JOPO)

Joustava perusopetus tarkoittaa perusopetuksen opetussuunnitelmaa noudattavaa 7.-9. luokan oppilaille tarkoitettua toimintamuotoa, jolla pyritään ehkäisemään peruskoulun keskeyttämistä. Opetus painottuu toiminnallisuuteen, opiskeluun työpaikoilla sekä varhaiseen puuttumiseen ongelmatilanteissa. (Numminen & Ouakrim-Soivio 2009, 15.)

Joustava perusopetus eli JOPO-toiminta on opetusministeriön vuonna 2006 perustama hanke koulupudokkaiden aktivoimiseksi. Koulupudokkaalla tarkoitetaan oppilasta, joka ei saa peruskoulun päättötodistusta, jää vaille toisen asteen opiskelupaikkaa tai ei saa suoritettua ammatillista tutkintoa loppuun. JOPO-toiminnan tarkoituksena on tukea nuoria peruskoulun suorittamisessa ja varmistaa jatko-opiskelupaikka toisen asteen koulutukseen. Opetusmenetelmiä on kehitetty vastaamaan paremmin oppilaan yksilöllisiä tarpeita. Opetus painottuu toiminnallisuuteen ja opiskeluun työpaikoilla. Opetuksessa noudatetaan kuitenkin perusopetuksen opetussuunnitelmaa. (Numminen & Ouakrim-Soivio 2009, 15.)

Perusopetussuunnitelmassa todetaan, että oppilaan tulee saada joustavaa, pitkäjänteisesti suunniteltua ja tarpeitaan vastaavaa tukea. Tukemisen on oltava yksilöllisesti suunniteltua sekä oppimisympäristöön liittyvien ratkaisujen huomioimista. Oppimisen ja koulunkäynnin tukemisen tavoitteena on ennaltaehkäistä ongelmien monimuotoistumista ja pitkäaikaisvaikutuksia. Opetuksessa on huolehdittava onnistumisen kokemusten saamisesta sekä tuettava oppilaan myönteistä minäkäsitystä ja koulumotivaatiota. (Opetushallitus 2014, 61.)

JOPO-toiminta pyrkii kehittämään varhaisen puuttumisen keinoja, yksilöllisiä tuki- ja neuvontapalveluja sekä toiminnallisia ja työpainotteisia opetus- ja työmuotoja. Toiminta perustuu tehokkaaseen moniammatilliseen työskentelyyn. Koulu tekee yhteistyötä kunnan nuoriso-, sosiaali- ja terveystoimen kanssa. Toisen asteen oppilaitokset ja nuorten työpajat ovat myös JOPO-toiminnan yhteistyökumppaneita. Perheiden kanssa tehdään tiivistä yhteistyötä ja vanhempien kasvatustyötä pyritään tukemaan. (Numminen & Ouakrim-Soivio 2009, 15.)

JOPO-opetukseen tulevilla oppilailla voi olla haasteita sekä käyttäytymisen että oppimisen puolella. JOPO-opetuksen yhtenä tavoitteena on oppilaan itsetunnon ja minäkäsityksen vahvistaminen. Nuoren heikko itsetunto on seurausta monista epäonnistumisen kokemuksista. Monet oppilaat tarvitsevat tukea

turhautumisen hallintaan, toisen ihmisen kunnioittavaan kohtelemiseen, oman toiminnan seurausten ennakointiin ja pelisääntöjen noudattamiseen. (Janhonen & Sarja 2011, 27.)

JOPO-opetuksessa oppilaan opiskelumotivaatiota pyritään nostamaan koulun ulkopuolisten oppimisympäristöjen avulla (Numminen & Ouakrim-Soivio 2009, 17). Opiskelumotivaatiolla tarkoitetaan oppilaan kiinnostusta opiskeltavaan asiaan, mikä edellyttää opiskeltavan asian liittymistä nuoren omaan elämään ja asian tärkeäksi kokemista. Motivaatio on voima, joka ohjaa, suuntaa ja ylläpitää oppilaan toimintaa. (Pruuki 2008, 21.) Peruskoulun uusi opetussuunnitelma painottaa yhtenä asiana erilaisten oppimisympäristöjen ja työtapojen kehittämistä sekä oppilaiden motivaation lisäämistä monipuolisten työtapojen kautta (Opetushallitus 2014, 27-28). Koulun tulee avautua yhä enemmän yhteiskuntaan ja ympäristön liittyä koulun toimintapiiriin. Perusopetuksen tulisi laajentaa toimintaansa koskemaan erilaisia harrastus-, kerho- ja opiskelutoimintoja. Koulu voi olla erilaisia toimijoita yhdistävä keskus. (Kumpulainen, Krokfors, Lipponen, Tissari, Hilppö & Rajala 2010, 81.)

JOPO-toiminta on toiminut uuden opetussuunnitelman tiennäyttäjänä opiskelumotivaation parantamisessa erilaisten oppimisympäristöjen avulla. Opinnäytetyöni oppimisympäristö Kipinän hetki -tapahtuman osalta vietiin koulun ulkopuolelle. Oppimisympäristöllä on suuri merkitys oppilaiden viihtyvyyteen ja sitä kautta opiskelumotivaatioon. Kipinän hetki -tapahtuman aihe, itsetunto, vaati mielestäni viihtyisän, koulun ulkopuolisen oppimisympäristön, jotta aiheeseen päästään sukeltamaan pintaa syvemmälle.

4 SEURAKUNTA JOPO-LUOKAN KASVATUSTYÖN TUKENA

Opinnäytetyöni hankkeistajana on Nivalan seurakunta. Nivalan seurakunnassa on liki 10 000 jäsentä ja se kuuluu Kalajoen rovastikuntaan ja Oulun hiippakuntaan. Seurakunnassa on kaksi nuorisotyönohjaajaa, joiden tehtävänä on huolehtia varhaisnuorisotyöstä, nuorisotyöstä ja rippikoulutyöstä. (Nivalan seurakunta.) Seurakunta tekee tiivistä yhteistyötä Nivalan eri koulujen kanssa aamunavausten, kouluvierailujen, ryhmäyttämispäivien, koulujumalanpalvelusten ja muiden tapahtumien muodossa.

Opinnäytetyöni kohderyhmänä on Niva-Kaijan koulun JOPO-luokkalaiset. Niva-Kaijan koulu on Nivalan yläkoulu, jossa on liki 500 oppilasta. Koululla on normaalien perusopetuksen luokkien lisäksi JOPO-luokka eli joustavan perusopetuksen ryhmä sekä kaksi pienryhmää. Koululla on laaja-alainen erityisopettaja ja kuraattori. (Niva-Kaijan koulu 2016-2017.)

4.1 Seurakunnan ja koulun välinen yhteistyö

Kirkon ja seurakunnan yhteinen historia on pitkä. Ennen koululaitoksen perustamista kirkko huolehti lasten opettamisesta. Koululaitos eriytyi kirkosta 1800-luvulla yhteiskuntarakenteiden muuttuessa. Kirkko ei ole kuitenkaan missään vaiheessa jättänyt koulua eikä perheitä yksin lasten kasvatuksessa. Päävastuu, kasvatusoikeus ja -velvollisuus, on kuitenkin aina vanhemmilla. Kirkon tehtävänä on tukea kasvattajia heidän tehtävässään. (Pihkala 2010, 92-93.) Kirkon kasvatustehtävä perustuu kaste- ja lähetyskäskyyn: ”Menkää siis ja tehkää kaikki kansat minun opetuslapsikseni: kastakaa heitä Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen nimeen” (Matt. 28:19).

Suomen evankelis-luterilainen kirkko määrittelee koulun ja kirkon väliseen yhteistyöhön selkeän työnjaon; uskontokasvatus on koulun tehtävä ja kristillinen kasvatus eli kasteopetus kuuluu kirkon tehtäviin (Suomen ev.lut. kirkko 2012, 30). Perusopetuslaissa säädetään oikeudesta saada opetusta oman uskonnon mukaisesti: ”Perusopetuksen järjestäjän tulee järjestää oppilaiden enemmistön uskonnon mukaista uskonnon opetusta” (Perusopetuslaki 21.8.1998/628, §13). Monikulttuuristuvassa yhteiskunnassa koululla ja sen yhteistyökumppaneilla on oltava selkeä työnjako, joka perustuu lakeihin ja säädöksiin. Yhteistyötä säätelevät monet muutkin lait ja säädökset, kuten Suomen perustuslaki, uskonnonvapauslaki ja YK:n ihmisoikeuksien julistus. (Hakkarainen & Vappula 2015, 44-45.) Valtiovallan antamat ohjeet selkiyttävät koulun oikeutta harjoittaa uskonnollista toimintaa, mikä helpottaa kirkon työtä monikulttuuristuvassa yhteiskunnassa (Pihkala 2012, 15).

Yhteistyö koulujen kanssa tulee perustua koulun tarpeisiin ja toiveisiin. Kirkon ajattelutavan on oltava koululähtöistä. (Pihkala 2010, 96.) Kirkon tulee toimia Jeesuksen esimerkin mukaan lähimmäiseskeisesti eli ajatellen, mikä on lähimmäiselle hyväksi ja mikä palvelee häntä parhaiten (Pihkala 2012, 47). Koulun toiminta perustuu opetussuunnitelmaan ja lukuvuosirytyihin. Seurakunnan työntekijöiden tulee ottaa nämä seikat huomioon tehdessään yhteistyötä koulun kanssa. Seurakunta voi tarjota koululle vaihtelevia oppimisympäristöjä, kuten kirkon, hautausmaat ja leirikeskukset. (Suomen ev.lut. kirkko 2012, 30.) Uudessa perusopetuksen opetussuunnitelmassa painotetaan erilaisten oppimisympäristöjen tärkeyttä. Oppimisympäristöjen katsotaan mahdollistavan aktiivisen yhteistyön eri toimijoiden kanssa. Oppimisympäristöjen kehittäminen luo pedagogisesti monipuolisen ja joustavan kokonaisuuden sekä ottaa huomioon eri oppiaineiden tarpeet. Erilaisissa oppimisympäristöissä mahdollistuu asioiden tutkiminen eri näkökulmista. Opetussuunnitelmassa todetaan yhteistyön seurakunnan kanssa lisäävän oppimisympäristöjen moninaisuutta sekä tukevan koulua sen kasvatustehtävässä. (Opetushallitus 2014, 27-36.)

Koulun ja seurakunnan välistä yhteistyötä on kuvattu neljän korin mallilla. Ensimmäinen kori sisältää yleissivistävää opetusta, joka on opetussuunnitelman mukaista. Siihen ei liity uskonnon harjoittamista. Toiseen koriin sisältyy koulun perinteiset juhlat, joissa seurakunta voi olla mukana kutsuvieraana. Juhlan perinteeseen voi liittyä uskontoon liittyvä elementti, kuten jouluevankeliumi tai suvivirsi. Nämä eivät kuitenkaan vielä tee juhlasta uskonnollista. Kolmas kori pitää sisällään koululla järjestettävät uskonnolliset tilaisuudet, kuten aamunavaukset ja koulujumalanpalvelukset. Nämä tilaisuudet ovat luonteeltaan uskonnon harjoittamista, joten niihin osallistumiseen oppilaalta on oltava huoltajan suostumus. Neljännteen koriin kuuluvat kasvatus-, hyvinvointi- ja kriisiyhteistyö. Tähän kategoriaan sisältyy vaihtelevasti erilaista toimintaa koulun tarpeiden mukaan. Seurakunta tukee koulun kasvatustyötä muun muassa olemalla mukana ennaltaehkäisevässä oppilashuollossa ja järjestämällä henkilökunnan työhyvinvointiin liittyviä tapahtumia. (Hakkarainen & Vappula 2015, 46-47.) Kipinän hetki -tapahtuma on luonteeltaan kasvatuksellinen ja koulun kasvatustyötä tukeva, joten se lukeutuu hyvin neljännteen koriin.

Kouluyhteistyön syveneminen vie aikansa. Yhteistyötä aloittaessa voi tuntua, ettei lyhyillä kouluvierailuilla ole suurtakaan merkitystä. Seurakunnan työntekijät tulevat kuitenkin lapsille tutuiksi ja näin heidän voi olla helpompi osallistua seurakunnan muuhun toimintaan. Tie seurakuntaan käy leveämmäksi ja lyhyemmäksi ja seurakunnan kokoontumispaikka menettää lopulta merkityksensä. (Hakkarainen 2012, 12-13.) Koulujen suhtautuminen seurakuntiin on onneksi positiivista (Pihkala 2010, 97). Nivalan seurakunnalla on hyvä yhteistyöverkosto koulujen kanssa. Opinnäytetyöni toteutus seurakunnan ja koulun välisenä yhteistyönä ei tuottanut mitään ongelmia. Toteutuspaikka vaihteli koulun ja seurakunnan tiloissa tarpeen mukaan.

4.2 Yhteistyö perheisiin

Lapsen ensisijainen kasvattaja on aina lapsen oma perhe. Vanhemmilla on valtava merkitys lapsen elämään. Vanhemmat päättävät myös lapsen hengellisestä kasvatuksesta; saako lapsi osallistua seurakunnan toimintaan vai ei. Seurakunnan tehtävänä on tukea perheiden kasvatustyötä. (Suomen ev.lut. kirkko 2012, 43.) Vaikka vastuu vanhemmuudesta kuuluu aina vanhemmille itselleen, tulee täydellisen vanhemmuuden sijaan puhua riittävästä vanhemmuudesta (Matinlompola 2007, 104). Nyky-yhteiskunnassa vanhempien kasvatusoikeutta ja -velvollisuutta on korostettu niin paljon, että yhteisöllisen kasvattamisen velvollisuus on osittain unohtunut. Uusi sukupolvi on onneksi heräämässä uudelleen ”koko kylä kasvattaa” -ajattelumalliin. (Pihkala 2010, 93.)

Perhe kulkee tavalla tai toisella aina lapsen mukana. Lapsen tullessa mukaan seurakunnan toimintaan, hän tuo mukanaan palasen perheestään; sen ajattelutavat, käyttäytymismallit ja asenteet. Perheet ovat hyvin erilaisia ja seurakunnan työntekijän on tultavat toimeen kaikenlaisten perheiden kanssa. Kasvaessaan itsenäisemmäksi lapsi irtautuu perheestään ja perheen ulkopuolisten sosiaalisten suhteiden merkitys kasvaa. (Cacciatore 2010, 7.) Seurakunnan työntekijän on kunnioitettava perheen kasvatustekniikoita ja periaatteita. Yhteistyö perheiden kanssa on ensiarvoisen tärkeää. Kinnunen (2011, 43) muistuttaa kasvattajia siitä, että kaikki, mikä vahvistaa lapsen ja vanhempien välejä, luo myönteistä kasvupohjaa uskon vahvistumiselle.

Seurakunnan rooli on olla kasvatuskumppanina perheiden rinnalla. Yhteistyö perustuu kasteessa saatuun yhteiseen opetus- ja kasvatustehtävään. (Suomen ev.lut. kirkko 2012, 43.) Tehdessään kouluyhteistyötä seurakunnan on huomioitava perusopetuslaissa säädetty velvoite toimia yhteistyössä kotien kanssa (Perusopetuslaki 21.8.1998/628, §3). Kasvattajilla on vastuullinen rooli lapsen tulevaisuuden suuntaviivoittajina. Etenkin silloin, kun on kyse uskontokasvatuksesta, missä ollaan tekemisissä ihmisten herkimpien ja tärkeimpien asioiden kanssa. (Halme 2010, 6.) Kirkon kasvatuksen perimmäinen tehtävä löytyy syvimpien merkityssisältöjen välittämisestä. Kristillinen kasvatus kertoo yksilön osan suuressa kertomuksessa painottaen maailmankatsomuksellista näkemystä. (Pihkala 2010, 93.)

Seurakunnan tulee tarjota lapsille ja nuorille aikuisen tukea. He tarvitsevat kasvunsa tueksi turvallisia, luotettavia ja riittävän tuttuja aikuisia omien vanhempiensa lisäksi. (Suomen ev.lut. kirkko 2012, 43.) Perheellä on merkittävä rooli nuoren kehityksessä ja vanhempien tulee valmistella häntä olemaan itsenäinen aikuinen (Piironen-Malmi & Strömberg 2008, 172). Seurakunnan työntekijän tulee huomioida

kasvatuksessaan lapsen iän vaatimat erityistarpeet ja tukea vanhempien kasvatustyötä sen mukaan. Yhteistyössä vanhempien kanssa lapselle taataan parhaat kasvuedellytykset. Etenkin murrosiän kuohuntavaiheessa, aikuisten kasvatustaitojen ollessa suuressa koetuksessa, ulkopuolisten kasvattajien tuki on kullanarvoista. (Cacciatore 2010, 7-8.)

4.3 Kristillinen kasvatusta

Kristillinen kasvatusta tarkoittaa Raamatussa olevaan Jeesuksen kastekäskyyn perustuvaa kasvatusta, jonka tavoitteena on kristillisen vakaumuksen kehittyminen (Petäjä 2008, 122). Se on kristillisiin arvoihin perustuvaa kasvun kokonaisvaltaista tukemista, joka tapahtuu kasvattajan ja kasvatettavan välisessä pedagogisessa (kasvatuksellisessa) suhteessa (Muhonen & Tirri 2008, 77).

Seurakunnassa jokaisesta lapsesta voidaan sanoa ”sinä olet ihme”. Jumalan luomana olentona, osana maailmankaikkeutta, lapsi nähdään ainutlaatuisena ihmeenä. Kristillinen kasvatusta lähtee siitä, miten lapsen suhtaudutaan. Lapsi tulee nähdä arvokkaana yksilönä, jonka myönteisiin mahdollisuuksiin uskotaan. Lapsen näkeminen ”Jumalan silmin” on lapsen näkemistä rakkauden silmälasien läpi. Lapsi on Jumalan kuva, jonka kasvua tulee tukea kokonaisvaltaisesti. (Halme 2010, 23-25.)

Vaikka luomiskertomuksen mukaan ihminen lankesi syntiin, hänet luotiin kuitenkin hyväksi. Kasvatustyössä on tärkeää muistaa luomistyön alkuperä – ihmisen hyvyys. Lapsen kasvussa tulee tukea hänen positiivisten puoliensa ja vahvuuksiensa esille tulemistä. (Halme 2010, 24.) Syntiinlankeemuksen vuoksi ihminen tarvitsee pelastusta. Jumalan armo toimii pelastuksen avaimena. Lapsen näkeminen Jumalan kuvana syntiinlankeemuksen varjon läpi edellyttää armo-opin tuntemista. Kasvatuksen kautta lapsi tulee osalliseksi Jumalan sanasta, jonka kautta sanoma pelastuksesta välittyy hänelle. (Puolimatka 2008, 16-54.)

Kirkon kasvatustyön kivijalkana on kaste. Kasteessa lapsi otetaan seurakunnan jäseneksi ja hänestä luovataan pitää huolta. Siunauksen kautta lapsi tulee osalliseksi Jumalan läsnäolosta, rakkaudesta ja huolenpidosta. Kasteen yhteydessä vanhemmat ja kummit lupautuvat huolehtimaan lapsen kristillisestä kasvatuksesta. Kaste perustuu Jeesuksen asettamaan kaste- ja lähetyskäskyyn. Kristillinen kasvatusta alkaa siten jo sylivauvana. (Suomen ev.lut. kirkko 2013, 12-13.) Lapsen ensimmäisten vuosien aikana saama uskontokasvatusta on merkitykseltään arvokkainta. Sen, minkä lapsi omaksuu elämänsä alkutaipaleella, vaikuttaa kestävimmin läpi elämän. (Halme 2010, 6.)

Kristillisen kasvatuksen ytimessä ovat usko, toivo ja rakkaus. Kasvatuksen tavoitteena on tarjota lapselle perusta, jonka varaan hän voi rakentaa oman elämänsä. Sanoma Jumalan rakkaudesta ja toivo paremmasta vahvistavat lasta uskossa. Kasvatuksen kautta välitetään toivoa Jumalan pelastavista teoista meidän hyväksemme. Kristillinen kasvatus ei pakota lasta tiettyyn ajattelun muottiin vaan hänelle annetaan vapaus etsiä, epäillä, uskoa ja unelmoida. Kasvatuksen päämääränä on rakkaus. Lapselle välitetään omien tekojen kautta malli myös lähimmäisen rakkauden osoittamisesta toisille ihmisille. (Riekkinen 2008, 92.)

Kristillisessä ympäristössä kasvaneelle lapselle kehittyy kristillinen identiteetti. Sen muodostuminen alkaa jo varhaisesta vuorovaikutuksesta vanhempien kanssa kosketuksen ja huolenpidon kautta. Tapa, jolla lasta kohdellaan muovaa hänen identiteettiään. Lapsen aivot kehittyvät vielä pitkälle syntymän jälkeen ja niiden kehittymiseen varhaisella vuorovaikutuksella on suuri merkitys. Varhaiset kokemukset vaikuttavat tiedostamattomasti lapsen jumalakuvan syntymiseen. Kasvatuksen myöhemmissä vaiheissa ympäristö tarjoaa tietoisia kasvuvirikkeitä, jotka tukevat lapsen kasvua läheisten tärkeäksi kokemaan suuntaan. Kristillinen kasvatus tähtää oman persoonan löytymiseen ja itsenäiseen kykyyn pohtia elämän ja uskon kysymyksiä. Identiteetin kasvua tulee tukea vapaaehtoisuuden pohjalta – lasta ei saa pakottaa eikä manipuloida tiettyyn ajattelun kaavaan. (Halme 2010, 25.) Kaste antaa lähtökohdan lapsen kristillisen identiteetin kasvulle (Suomen ev.lut. kirkko 2013, 12).

Kasvattajalla on suuri vastuu Jumalan edessä. Kasvattaja käyttää aina valtaa kasvatettavaan nähden. Valtaa ei saa kuitenkaan käyttää lapsen alistamiseen tai oman arvonnostamiseen. Lasta on kunnioitettava ja hyväksyttävä hänet sellaisena kuin hän on. Rakkaus on ehdoton lähtökohta kristillisessä kasvatuksessa. (Riekkinen 2008, 89.) Autoritääriin kasvatukseen ei ole hyväksyttävää enää nykypäivänä. Nykyaikana lapselle on taattava oman ajattelun kehittämisen mahdollisuus ja hänen mielipiteitään tulee kuunnella. Kristilliseen kasvatukseen on hyvä turvautua, koska se perustuu lasta kunnioittaviin periaatteisiin.

Luterilaista perinnettä on varjostanut pitkään syntikeskeinen ajattelu. Kasvatuksen saralla on tietoisesti käännetty tätä ajatusta päinvastaiseen suuntaan. Jumalan silmissä kaunis -ajattelu välittää jokaisen lapsen hyväksyntää omana itsenään. Lasta tuetaan positiivisessa hengessä: sinä osaat, saat ja pystyt. Tämä kasvatustyyli tukee lapsen kasvua positiivisessa hengessä eteenpäin, rohkaisee lasta ja vahvistaa itse-tuntoa. (Halme 2010, 46.) Voimavara-ajattelu on nykypäivää, jota kirkkokaan ei voi sivuuttaa. Onneksi

kasvatuksen uudet suuntaviivat antavat seurakunnan henkilöstölle uudenlaisen näkövinkkelin seurakuntalaisten ja etenkin lasten kohtaamiseen. Opinnäytetyöni aihe, itsetunnon vahvistaminen, mukailee seurakunnan kasvatusajattelua nuoren kasvun vahvistamisesta positiivisin keinoin.

Lapsen itsetunto rakentuu sen varaan, miten häntä kohdellaan. Kun vanhemmat näkevät lapsensa arvokkaana, hän oppii itsekkin arvostamaan itseään. Kristillinen ajattelu perustuu ajatukseen, että myös Jumala näkee meidät arvokkaana. Sen vuoksi lapsi oppii näkemään itsensä arvokkaana. Luomiskertomuksessa Jumala katsoi kaikkea luomaansa ja kaikki oli hyvää. Tähän kertomukseen perustuu usko ihmisen hyvyyteen ja se heijastuu myös kristilliseen kasvatusajatteluun. (Halme 2010, 47.)

4.4 Toiminnallisuus ohjauksessa

Toiminnallinen oppiminen tarkoittaa oppimisprosessin aikana tapahtuvaa oppilaan aktiivista toimimista ja ajattelemista oppimistavoitteen saavuttamiseksi. Siinä hyödynnetään fyysistä ja vuorovaikutuksellista toimintaa. (Leskinen, Jaakkola & Norrena 2016, 14.)

Toiminnallinen ohjaus ja opetus palvelevat monia lapsia paremmin kuin perinteinen auditiiviseen oppimiseen perustuva opetus. Etenkin monet erityistä tukea tarvitsevat oppijat hyötyvät toiminnallisuudesta ja monipuolisista opetuksen tavoista. Opinnäytetyössäni olen painottanut toiminnallisia menetelmiä itsetuntoa vahvistavissa harjoituksissa sekä oppitunneissa JOPO-luokassa.

Ihminen on kautta historian oppinut parhaiten tekemällä. Pieni lapsi oppii matkimalla vanhempiaan ja isompia sisaruksiaan. Yrityksen ja erehdyksen kautta oppiminen on tehokasta. (Vuorinen 2001, 179.) Myös Jeesus käytti tekemällä oppimisen menetelmää opettaessaan opetuslapsiaan ja muita ihmisiä. Esimerkiksi ennen viimeistä ateriaa Jeesus pesi opetuslastensa jalat opettaakseen heille toisten palvelemista. (Kinnunen 2011, 109.)

Toiminnallinen oppiminen tarkoittaa nuoren omaa aktiivista toimintaa ja ajattelemista oppimisprosessissa. Tavoitteiden saavuttamiseksi hyödynnetään monipuolisia fyysisiä toimintoja. Opetus tähtää nuoren omaan oivallukseen ja kokemuksellisuuteen. Toiminta on vuorovaikutuksellista, tutkimuksellista ja yhteistoiminnallista. (Leskinen ym. 2016, 14.) Toiminnallisuus koostuu erilaisista lähestymistavoista opetettavaan asiaan. Sen lähtökohtana on kokonaisvaltainen toiminta, joka perustuu opeteltavan asian monipuoliseen käsittelyyn. (Vuorinen 2001, 179.)

Toiminnallinen oppiminen on mielekästä, koska nuori saa itse olla aktiivinen oman oppimisensa suhteen. Hän saa etsiä tietoa eri lähteistä ja soveltaa oppimaansa monipuolisesti. Oppimistilanteessa käytetään eri aisteja ja menetelmiä asian havainnollistamiseksi. Toiminnallisessa opetuksessa hyödynnetään erilaisia oppimisympäristöjä. (Leskinen ym. 2016, 14.)

Toiminnallisuus tuo opetukseen lisäarvoa. Nuori saa helpommin onnistumisen kokemuksia ja oppimisen ilo lisääntyy, mikä vaikuttaa positiivisesti koulumotivaatioon. Onnistumisen kokemukset nostavat nuoren itsetuntoa ja itsetuntemusta. Toiminnallisuus kehittää nuoren sosiaalisia taitoja, ihmistuntemusta ja erilaisuuden hyväksymistä. (Leskinen ym. 2016, 14.) Etenkin erityistä tukea tarvitsevat oppijat hyötyvät toiminnallisesta ohjauksesta. Heidän itsetuntonsa on usein heikko ja paikallaan istuminen pitkään voi olla haasteellista. Opiskeluun motivointi on helpompaa, jos oppiminen on mielekkäämpää tekemisen kautta.

Peruskoulun opetussuunnitelma painottaa myös toiminnallista oppimista:

Monipuoliset työtavat tuovat oppimiseen iloa ja onnistumisen kokemuksia sekä tukevat eri ikäkausille ominaista luovaa toimintaa. Kokemukselliset ja toiminnalliset työtavat sekä eri aistien käyttö ja liikkuminen lisäävät oppimisen elämyksellisyyttä ja vahvistavat motivaatiota. (Opetushallitus 2014, 28.)

4.5 Nuoren osallistaminen

Osallistaminen tarkoittaa opetusta, jossa oppija nähdään aktiivisena subjektina, jonka kasvua yhteisön täyteen jäsenyyteen tuetaan. Opettaminen perustuu dialogisuuteen ja yhteisöllisyyteen. Oppiminen painottuu oppijan omaehtoiseen työskentelyyn opettajan tuella. (Pruuki 2010, 67-68.)

Nuorilla on mielipiteitä, heillä on oikeus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja heitä tulee kuulla.

Nuoren motivoiminen toimintaan tapahtuu usein parhaiten kysymällä, mitä he itse haluavat. Yhdistyneiden Kansakuntien (YK) lapsen oikeuksien sopimuksessa taataan

lapselle, joka kykenee muodostamaan omat näkemyksensä, oikeuden vapaasti ilmaista nämä näkemyksensä kaikissa lasta koskevissa asioissa. Lapsen näkemykset on otettava huomioon lapsen iän ja kehitystason mukaisesti. (Unicef, 12 artikla.)

Lisäksi todetaan: ”Lapsella on oikeus ilmaista vapaasti mielipiteensä” (Unicef, 13 artikla).

Lapsen ja nuoren mielipiteen huomioiminen myös nuorisotyössä on ensiarvoisen tärkeää. Nuoren mielipiteen huomioiminen ei ole kuitenkaan uusi keksintö, vaikka niin yleisesti ajatellaan. Jo Raamatusta

löytyy viittauksia siihen, että nuoret on huomioitu tasaveroisina aikuisten kanssa, heille on annettu vastuuta ja oikeus puhumiseen.

Älä sano, että olet nuori, vaan mene, minne ikinä sinut lähetän ja puhu, mitä minä käsken sinun puhua. Älä pelkää ketään, sillä minä, Herra, olen sinun kanssasi ja suojelen sinua (Jer. 1:7-8).

Kasvatustyössä suhdetta nuoreen rakennetaan parhaiten kuuntelemalla, mitä hänellä on sanottavana ja arvostamalla häntä ainutlaatuisena persoonana (Kinnunen 2011, 104). Kasvattajan perustaitoihin puhumisen ohella kuuluu kuunteleminen. Aktiivinen kuuntelija pyrkii ymmärtämään, mitä puhuja sanoo ja tarkoittaa. Intensiivinen kuunteleminen vaatii tilanteeseen keskittymistä. (Pruuki 2008, 47-48.) Nuoren osallistaminen lähtee liikkeelle hänen oman mielipiteensä kysymisestä ja aidosta kuuntelemisesta. Osallistaminen on nuoren aktivoimista mukaan toimintaan ryhmän aktiiviseksi jäseneksi. Pruuki (2010, 67-68) määrittelee osallistamisen olevan yksilön kasvun tukemista kohti yhteisön tasaveroista jäsenyyttä aktiivisena subjektina. Nuorta ohjataan omaehtoiseen työskentelyyn vuoropuhelun kautta.

5 KIPINÄN HETKI -PROSESSI

Tässä luvussa kerron Kipinän hetki -tapahtuman suunnittelusta ja toteutuksesta. Viimeisessä kappaleessa arvioin koko prosessin onnistumista ja teen yhteenvedon saamistani palautteista. Palautetta pyydän sekä oppilailta että JOPO-luokan opettajalta ja työelämäohjaajaltani.

5.1 Kipinän hetki -tapahtuman suunnittelu

Tapasin Nivalan seurakunnan nuorisotyönohjaajan syksyllä 2016 ja mainitsin hänelle alustavasti opin-
näytetyöni ideasta. Ajatuksilleni oltiin myötemielisiä ja niinpä jatkoin ajatukseni prosessointia omassa
mielessäni. Tapasin 11.1.2017 Nivalan seurakunnan kirkkoherran, jonka kanssa keskustelimme opin-
näytetyöni toteutuksesta. Hän piti ideaa toteutuskelpoisena ja hyvänä.

Soitin JOPO-luokan opettajalle 20.1.2017 ja esittelin ajatukseni. Hän innostui aiheestani ja oli halukas
yhteistyöhön opinnäytetyöni toteutuksen kanssa. Tunsin olevani oikeassa paikassa, oikeaan aikaan ja
vielä oikealla asialla! JOPO-luokan opettajan kanssa yhteistyön aloittaminen tuntui luontevalta, koska
jaoimme saman unelman – erityistä tukea tarvitsevan nuoren kipinän löytämisen.

Ensimmäinen varsinainen palaveri asian tiimoilta pidettiin 27.1.2017. Paikalla oli seurakunnan nuoriso-
työnohjaaja, joka toimi työelämäohjaajanani opinnäytetyössä, JOPO-luokan opettaja ja minä. Kyselin
sekä seurakunnan että koulun toiveita tapahtuman sisältöön ja ajankohtaan liittyen. Sovimme opinnäy-
tetyöni kehittämistehtävistä, toteutusten päivämääristä sekä monista pienistä yksityiskohdista. Päätimme
myös yhteisesti, että nuorisotyönohjaaja on mukana kaikilla kouluvierailuillani, koska hän on ennestään
tuttu JOPO-luokan oppilaille. Tämä voi auttaa heitä olemaan avoimemmin mukana tunnin aiheessa ja
toivomassani suunnittelussa. Allekirjoitimme samalla opinnäytetyösopimuksen. Sovimme, että kirjoitan
asiasta oppilaiden vanhemmille tiedotteen (LIITE 1), jonka opettaja lähettää Wilman kautta koteihin.

Palaverissa sovimme, että käyn vierailemassa JOPO-luokassa kaksi kertaa ennen Kipinän hetki -tapah-
tumaa. Ensimmäinen käynti sovittiin heti hiihtoloman jälkeen 15.3.2017. Silloin oli tarkoitus tutustua
luokan oppilaisiin, esitellä heille itseni sekä opinnäytetyöni tarkoitus. Halusin myös osallistaa nuoria
mukaan tapahtuman suunnitteluun. JOPO-oppilaille oman mielipiteen ilmaiseminen voi olla haasteel-
lista, joten ajattelin toteuttaa heidän mielipiteidensä kartoituksen toiminnallisilla ja nuoren näköisillä kei-
noilla. Suunnittelin käyttäväni hyväkseni ainakin asematyöskentelyn menetelmää. Toinen käynti oli reilu

kolme viikkoa ennen Kipinän hetki -tapahtumaa 3.4.2017. Silloin pureuduin jo hieman itsetunnon maailmaan käymällä läpi itsetunnon määritelmää ja sen linkittymistä motivaatioon.

Kipinän hetki -tapahtuma päätettiin järjestää 26.4.2017 seurakunnan leirikeskuksessa Vinnurvassa. Oppilaat saivat itse vaikuttaa tapahtuman ajankohtaan. Se oli mahdollista järjestää myös iltatapahtumana, jolloin oppilaat saisivat vastaavasti vapaata koulusta. Nuorisotyönohjaaja teki tilavarauksen leirikeskuksesta tapahtumaa varten. Leirikeskuksessa oli mahdollista myös sauna, mikäli nuoret niin haluaisivat. Tapahtumassa tulisi olemaan toiminnallista ohjelmaa itsetuntoon liittyen, jotain nuorten toiveiden mukaista syömistä, vapaata seurustelua sekä loppuhartaus.

Tapahtuman jälkeen kävin heti seuraavana päivänä JOPO-luokassa kysymässä palautetta oppilailta. Opettaja arvioi, että palautteen saaminen voisi onnistua parhaiten henkilökohtaisen haastattelun avulla. Kirjallisen palautteen saaminen oppilailta voi olla haasteellista. Vastaukset olisivat todennäköisesti ”ihan kiva, ihan ok” -tyyliä. Työelämäohjaajaltani ja JOPO-luokan opettajalta pyysin myös palautetta koko prosessista. Omaa työskentelyäni ja onnistumista arvioin itsearviointilla.

5.2 Oppitunnit JOPO-luokassa

Niva-Kaijan koulun JOPO-luokassa on tällä hetkellä kymmenen oppilasta ja kaksi oppilasta tukijaksolla perhekodista. Luokassa on erityisopettaja, mutta ei avustajaa. Kävin pitämässä ennen Kipinän hetki -tapahtumaa JOPO-luokassa kaksi oppituntia. Ensimmäisen tunnin tavoitteena oli tutustua oppilaisiin, esitellä itseni ja opinnäytetyöni idea sekä osallistaa oppilaita tapahtuman suunnitteluun. Ensimmäinen tunti kesti 45 minuuttia.

5.2.1 Ensimmäinen oppitunti

Ensimmäisen oppituntini JOPO-luokassa pidin 15.3.2017. Seurakunnan nuorisotyönohjaaja ei päässyt paikalle muiden yhteensattumien vuoksi. Luokassa oli harjoittelijana nuoriso-ohjaaja-opiskelija. Ensimmäisellä tunnilla oli paikalla seitsemän oppilasta. Heidän lisäksi luokassa oli ensimmäistä tuntiaan tukijaksolla oleva oppilas perhekodista sekä toinen tukijaksolainen samasta perhekodista. Tilanne oli siis normaaliin nähden poikkeava, koska luokassa oli uusi oppilas, jota muutkaan oppilaat eivät vielä

tunteneet. Tunnelma luokassa saattoi olla sen vuoksi hieman normaalia jännittyneempi. Opettaja osasi kuitenkin hyvin keventää tunnelmaa.

Toteutin tunnin tuntisuunnitelman (LIITE 2/1) mukaan. Tunnin alussa annoin jokaiselle oppilaalle etukäteen valmistamani voimaleusekortin (LIITE2/2–2/3). Esittelin oppilaille itseni ja kerroin heille opinnoistani yhteisöpedagogiksi sekä opinnäytetyöni tekemisestä. Kuuntelimme Robin feat Elastisen laulaman kappaleen Kipinän hetki. Tämä laulu viritti oppilaat hyvin tulevaan aiheeseen ja tapahtuman idean esittelyyn.

Opettaja oli etukäteen kertonut minulle, että luokassa on muutamia oppilaita, jotka saattavat jännittää puhumista jopa niin paljon, että menevät paniikkiin. Olin varautunut myös siihen, että oppilaat eivät ensimmäisellä kerralla puhu mitään. Olin suunnitellut tunnin siten, että kenenkään ei ole pakko puhua mitään, mutta he voivat silti ilmaista mielipiteensä toiminnallisuuden kautta. Pidin tärkeänä sitä, että oppilaat voivat tuntea olonsa turvalliseksi tarvitsematta pelätä esiintymään joutumista.

Ensimmäinen tunti oli positiivinen yllätys, sillä kaikki oppilaat uskalsivat kertoa oman nimensä ja lukea heille antamassani kortissa olevan voimaleuseen. Pyysin oppilaita tekemään seuraavaa kertaa varten oman voimaleusekortin yhdessä opettajan kanssa oppituntien aikana.

Opinnäytetyössäni yhtenä kehitystehtävänä oli oppilaiden osallistaminen tapahtuman suunnitteluun. Tämän kehitystehtävän toteutin ensimmäisellä oppitunnilla. Oppilaat saivat osallistua tapahtuman suunnitteluun asematyöskentelyn avulla. Valitsin tämän menetelmän, koska siinä ei kenenkään tarvitse välttämättä puhua mitään ja se on toiminnallinen keino ilmaista oma mielipide. Asematyöskentely tapahtuu liikkumisen kautta. Olin tulostanut lapuille eri asemien mielipidevaihtoehdot (LIITE 2/4). Kysyin oppilaiden mielipidettä tapahtuman ajankohdan, syömisen, tekemisen luonteen ja saunomisen suhteen. Jokaiseen osioon oli eri vaihtoehtoja (asemia), joista oppilas sai valita omansa. Hänen tuli hypätä kuvitteellisen mielipidejunan kyytiin ja käydä haluamallaan asemalla merkitsemässä viiva valitsemansa vaihtoehdon lappuun. Eniten ääniä saanut vaihtoehto jokaisesta osiosta voitti. Oman mielipiteen ilmaiseminen on osa hyvää itsetuntoa ja siksi sitä taitoa on hyvä harjoitella.

Oppilaat toivoivat, että Kipinän hetki -tapahtuman pidettäisiin illalla, siellä tarjottaisiin naposteltavaa, tekeminen painottuisi enemmän toiminnallisuuteen keskustelun sijaan ja siellä ei saunottaisi. Pidin tärkeänä sitä, että oppilaat saivat tunteen, että he ovat saaneet osallistua tapahtuman suunnitteluun. Se motivoi oppilaita paremmin osallistumaan järjestettävään toimintaan ja kohottaa omalta osaltaan itsetuntoa.

Oppilaille tuli myös turvallisempi olo, kun he tiesivät, että ovat saaneet vaikuttaa tapahtuman sisältöön eikä ketään pakoteta mihinkään ahdistavaan tekemiseen.

Mielipiteen kysymistä syvensin vielä Villikortti ja Taviskortti -työskentelyn avulla. Olin askarrellut oppilaille kaksi korttia. Villikorttiin oppilaat saivat kirjoittaa villeimmät ideat, mitä haluaisivat tapahtumassa tehtävän ja Taviskorttiin toteuttamiskelpoiset ideat. Villikortin tarkoitus oli herätellä mielikuvitusta ja rentouttaa ilmapiiriä. Olin suunnitellut toteuttavani tämän työskentelyn pareittain. Pari päivää ennen tuntia varmistin vielä opettajalta sähköpostitse, onnistuuko oppilaiden kanssa parityöskentely vai ahdistuuko joku mahdollisesti siitä. Opettaja vastasi, että luokassa on muutama oppilas, joka voi ahdistua jo pelkästä ajatuksesta parityöskentelystä. Tämän vuoksi kevensin suunnitelmaani parityöskentelystä. Päätin, että oppilaat saavat pareittain yhteiset kortit, mutta niitä ei tarvitse täyttää yhdessä, jos ei halua. Parit voivat kirjoittaa omat mielipiteensä kortteihin yksin ja sitten vaihtaa kortteja parin kanssa. Rinnakkain työskentely on parityöskentelyn keveämpi muoto ja se onnistui tässä ryhmässä hyvin. Parit jaoin toiminnallisen menetelmän avulla. Olin tehnyt kortteja, joissa oli vertauksia esimerkiksi ”kylmä kuin jää” tai ”viekas kuin kettu”. Toinen pari sai lauseen alkuosan ”kylmä kuin” ja toinen loppuosan ”jää”. Omalle lauseelle piti etsiä sopiva pari.

Ensimmäinen oppitunti sujui suunnitelman mukaan. Aika riitti juuri sopivasti kaikkiin suunnittelemiini tehtäviin. Varalle suunnittelemaani vahvuuskorttityöskentelyä ei tarvinnut ottaa käyttöön. Tuntia olisi voinut jatkaa suunniteltua pidempään, koska oppilaat ehtivät vasta ”lämmetä” työskentelylle 45 minuutin aikana. Päätimme sen vuoksi opettajan kanssa pidentää seuraavaa oppituntia 1,5 tunnin mittaiseksi. Oppitunnin aikana ei tullut minkäänlaisia järjestyshäiriöitä, oppilaat toimivat hyvin annettujen ohjeiden mukaan ja työskentely sujui aikataulun mukaisesti.

5.2.2 Toinen oppitunti

Toisen oppituntini JOPO-luokassa pidin 3.4.2017. Paikalla oli alkutunnista 10 oppilasta ja lopputunnista paikalle tuli vielä yksi tukijaksolla oleva oppilas. Aikuisia oli tällä kertaa runsaasti läsnä: JOPO-opettaja, seurakunnan nuorisotyönohjaaja, harjoittelija ja avustaja. JOPO-luokassa tilanteet oppilaiden kanssa vaihtelevat päivästä toiseen. Oppilaat elävät elämässään murrosvaihetta, missä rajojen testaaminen on arkipäivää. Etenkin, kun on kyse erityistä tukea tarvitsevista nuorista, tunnille mennessä täytyy olla vaurautunut kaikkeen mahdolliseen.

JOPO-luokassa oli menneinä viikkoina ollut useita haasteellisia tilanteita, joten heillä ei ollut ollut resursseja tehdä edellisellä kerralla antamaani tehtävää voimალausekorteista. Muokkasin tunnin alussa pikaisesti tuntisuunnitelmaani (LIITE 3/1) tunnin ensimmäisestä tehtävästä. Tarkoituksena olisi siis ollut tehdä oppilaiden itse valmistamista voimალausekorteista harjoitus. Nyt kun kortteja ei ollut, otimme käytöön niitä kortteja, joita edellisellä tunnilla olin oppilaille antanut. Onneksi niitä löytyi oppilaiden pulpeteista muutamia.

Jaoin oppilaat kolmen hengen ryhmiin kuvakorttien avulla. Korteissa oli kuvia ja jokaisen tuli löytää oma ryhmänsä siten, että samat kuvat tulivat samaan ryhmään. Vaikka ryhmätyöskentely saattaa olla JOPO-luokkalaiselle haasteellista, tämä työskentely onnistui, koska siinä ei välttämättä tarvinnut keskustella ryhmän jäsenten kesken. Tehtävänä oli piirtää intuitiivisesti yhdelle A3-paperille kuvioita tai kuvia, mitä tuli mieleen lukemistani voimალauseista. Ryhmätoiminnan haasteellisuus näkyi tuotoksissa sen verran, että pääsääntöisesti joka ryhmässä oppilaat olivat kukin piirtäneet omat kuvionsa paperin yhteen nurkkaan. Varsinaista yhteistä tuotosta he eivät siis saaneet aikaan, koska se olisi jo vaatinut suullista vuorovaikutusta ryhmäläisten kesken. Oppilaiden piirtämät kuvat olivat kuitenkin voimალauseiden mukaisesti positiivisia. Tuotokset käytiin yhteisesti läpi ja annoin positiivisuusidean hoksaamisesta oppilaille myönteistä palautetta.

Oppitunnin teoriaosuuden toteutin itsetuntomittarin avulla (LIITE 3/2). Jaoin jokaiselle oppilaalle monistetun itsetuntomittarin ja luin heille itsetuntoon liittyviä väittämiä (LIITE 3/3). Oppilaat saivat merkitä mittarin janalle merkin joko KYLLÄ- tai EI-päättyyn, sen mukaan liittyikö väittämä heidän mielestään hyvään itsetuntoon vai ei. Väittämät käytiin vielä yhteisesti läpi väittämien purun mukaisesti (LIITE 3/3–3/4). Tässä vaiheessa oppilaat halusivat pitää välitunnin ja siihen opettaja antoi luvan.

Välitunnin jälkeen kerrattiin vielä itsetuntomittari -työskentelyssä esille tulleita käsitteitä itsetunto -liivarin avulla. Oppilaat saivat valita itsetunto-liivarin itsetuntolauseista (LIITE 3/5) itseään puhuttelevan lauseen ja käydä viemässä sen taululle itsetunto-liivari hahmon ympärille. Jokainen oppilas uskalsi myös lukea lauseensa ääneen, mikä oli hienoa.

Suunnitelmassa olleen varaohjelman, myönteinen ja kielteinen tarina (LIITE 3/6), jätin pois, koska aika ei olisi riittänyt siihen. Kävimme läpi Kipinän hetki -tapahtuman ohjelman yhteisesti. Tunnin lopuksi oli tarkoitus kuunnella Elastinen feat Robinin kappale Vahva. Opettajan tutkaillessa teknisiä ongelmia äänentoistolaitteiden kanssa, otin varalle suunnittelemani fiiliskortti työskentelyn. Minulla oli mukana

kuvakortteja, joista pyysin oppilaita valitsemaan tämän hetkistä tunnelmaa kuvaavan kortin. Tarkoituksena oli korttien avulla tunnustella oppilaiden tuntemuksia pitämästäni oppitunnista sekä odotuksista Kipinän hetki -tapahtumaan nähden. Oppilaiden kuvaamia tunnelmia olivat: ihan kiva, hyvä, odottava ja kiva, mutta välillä on vielä käytävä kouluakin. Kaikkien tunnelmat olivat siis positiivisia, mikä yllätti. Vain yksi oppilas ei halunnut ottaa korttia ollenkaan, koska ei tuntenut tarvitsevänsä sitä. Hän saapuikin tunnille vasta loppuajasta, joten hän tunsu olonsa varmasti vähän ulkopuoliseksi. Hän ei ollut mukana myöskään ensimmäisellä oppitunnillani. Ketään ei pakotettu ottamaan korttia, jos siltä tuntui. Teknisten ongelmien selvittyä, saimme vielä lopuksi kuunnella kappaleen Vahva. Oppitunti sujui tilanteen mukaan joustavasti muokattuna hyvin. Kaikki oppilaat olivat aktiivisia ja osallistuivat tehtäviin ja jonkin verran myös keskusteluun.

5.3 Kipinän hetki -tapahtuma

Kipinän hetki -tapahtuma pidettiin seurakunnan leirikeskuksessa Vinnurvassa 26.4.2017. Tapahtumaan osallistui yhdeksän JOPO-luokkalaista, opettaja, harjoittelija ja seurakunnan nuorisotyönohjaaja. Kaksi oppilasta oli kokenut ajatuksen osallistumisesta yhteistoimintaan niin ahdistavana, että oli jättäytynyt kotiin. Tällainen reagointi on heille tyypillistä muidenkin vastaavien toimintojen yhteydessä, joten poistajättäytyminen oli ennakoitavissa eikä liittynyt Kipinän hetki -tapahtuman sisältöön mitenkään poikkeuksellisesti.

Menimme nuorisotyönohjaajan kanssa Vinnurvaan kaksi tuntia ennen tapahtuman alkua valmistelemaan paikkoja ja tarjoilua. Tauolla tarjottavat kahvileivät oli valmistettu seurakuntakodilla valmiiksi. Meidän tehtäväksi jäi tarjolle asettelu sekä elokuvan aikana tarjottavan naposteltavan valmistelu.

Tapahtuma päästiin aloittamaan ja lopettamaan ajallaan ja se sujui suunnitelman (LIITE 4/1) mukaan. Tapahtuman alussa oli ohjelmaosuus, joka sisälsi itsetuntoa vahvistavia harjoituksia (LIITE 4/2–4/5). Itsetuntoon liittyviä käsitteitä kerrattiin itsetunto-Alias pelin (LIITE 4/11) avulla, johon jaoin ryhmät eläinkorttien (LIITE 4/10) avulla. Saman eläimen nimen saaneet menivät samaan ryhmään. Ohjelmassa oli kaksi voimaannuttavaa mielikuvamatkaa (LIITTEET 4/8–4/9 ja 4/12–4/13) eli tarinaa, joiden tavoitteena oli itsetunnon vahvistaminen visualisoinnin avulla. Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen (2008, 18) pitävät mielikuvien voimaa merkittävänä tekijänä itsetunnon vahvistamisessa. Teot saavat alkunsa ajatuksista. Niin myönteiset kuin kielteisetkin ajatukset pyrkivät toteutumaan. Siksi kannattaa viljellä myönteisyyttä myös ajatuksen tasolla. Ohjelmaosuus kesti puolitoista tuntia, jonka jälkeen oli

kahvitauko ja vapaata ohjelmaa. Nuoret halusivat käyttää ajan vapaaseen seurusteluun ja juttelemiseen, mikä oli mielestäni hyvä, koska ohjelmaisuus oli ollut aika pitkä, joten rento oleminen oli paikallaan.

Tauon jälkeen oli Et ole roskaa -hartaus (LIITE 4/14 – 4/15). Hartausosio oli itselleni koko tapahtuman ”jännittävin” osio, koska tiesin, että se ei kiinnosta nuoria kovinkaan paljon. Olin kertonut nuorille etukäteen, että opintoihini sisältyy kirkollisia opintoja ja opinnäytetyöhöni liittyy hartausosio. Olin perustellut heille hyvin, miksi tähän tapahtumaan sisältyy myös hartaus ja he tuntuivat hyväksyvän sen hyvin. Aikaisemman työkokemukseni perusteella tiesin, että ennakoimalla asioita, voi ehkäistä ylilyöntejä. Ehkäpä tämän ennakkoinnin vuoksi he jaksoivat kuunnella hartauden hienosti. Opettaja joutui hartauden alussa rauhoittamaan oppilaita vain pari kertaa. Oppilaat osallistuivat hartauden toiminnalliseen osioon suoristamalla rutattuja kasvokuvia suoriksi. Hartaus on mielestäni olennainen osa seurakunnan nuorisotyötä ja kuului siten luonnollisena osana seurakunnan hankkeistamaan tapahtumaan. Kinnunen (2011, 14) kirjoittaa jo Raamatussa mainitun, että lapset ja nuoret tulee ottaa mukaan kuuntelemaan, mitä Jumala kansalleen puhuu. Illan päätteeksi katsoimme Silta salaiseen maahan -elokuvan.

5.4 Palautteen kerääminen

Tapahtuman jälkeisenä päivänä kävin JOPO-luokassa keräämässä palautetta (LIITE 5/1 – 5/2) oppilailta. Osan palautteesta keräsin toiminnallisen menetelmän avulla, osan kirjallisesti. Ensimmäiset kolme kysymystä olin kirjoittanut sellaiseen muotoon, että niihin pystyi vastaamaan joko kyllä tai ei. Minulla oli kaksi pientä ruukkua mukana, joista toisessa oli vihreä kyllä-lappu ja toisessa punainen ei-lappu. Oppilaat saivat laittaa kiven jompaankumpaan ruukkuun oman mielipiteensä mukaan.

Kipinän hetki -tapahtuman sisältöä arvioitiin myös toiminnallisen menetelmän kautta. Olin kirjoittanut isolle fläppipaperille kaikki tapahtumassa olleet harjoitukset ja toiminnot nimeltä. Oppilaat saivat laittaa rastin sen toiminnan kohdalle, mikä heistä oli ollut mukavinta tapahtuman ohjelmaosiossa ja mikä koko tapahtumassa.

Koko Kipinän hetki -prosessin vaikutusta omaan itsetuntoon, ajatteluun itsestä sekä, mitä uutta oppilas koki oppineensa, kysyin kirjallisen lomakepalautteen avulla. Lomakkeessa oli tilaa myös vapaalle palautteelle ja omien fiilisten kertomiselle. Opettajalta ja nuorisotyönohjaajalta pyysin vapaamuotoisen kirjallisen palautteen, johon olin tehnyt vastaamista helpottavia apukysymyksiä (LIITE 5/3).

5.5 Prosessin arviointi

Kipinän hetki -prosessi sujui kokonaisuudessaan hyvin ja osittain jopa yli odotusteni. Olin saanut opettajalta kuulla JOPO-luokkalaisten haasteellisista elämänvaiheista ja ongelmista luokassa, joten olin vaurautunut siihen, että nuoret eivät välttämättä innostu toiminnallisesta tekemisestä eivätkä halua osallistua keskusteluihin. Oppilaat olivat kuitenkin aktiivisesti mukana etenkin Kipinän hetki -tapahtuman harjoituksissa ja jokainen uskalsi myös puhua ryhmätilanteissa. Tunnelma oli mielestäni rento, avoin ja hyväksyvä.

Oppilailta saamani palaute oli pääosin positiivista. Palautteen antaneista oppilaista kaikki olivat sitä mieltä, että olivat saaneet osallistua riittävästi Kipinän hetki -tapahtuman suunnitteluun. Kaikki olivat myös sitä mieltä, että oppitunneilla oli ollut riittävästi mukavaa tekemistä ja Kipinän hetki -tapahtumassa oli ollut tarpeeksi toiminnallisuutta. Ohjelmaosiossa oppilaat pitivät eniten Säkkiukko-tehtävästä (LIITE 4/6). Tämä tehtävä oli tapahtuman ensimmäinen harjoitus, jossa sai kirjoittaa paperille piirretyn ukon säkkiin kaikki huolet ja ikävät asiat, jotka painoivat mieltä Vinnurvaan tullessa. Säkkiukko-kuvat poltettiin takassa ja visualisoitiin mielessä huolten häviäminen tämän yhteisen illan ajaksi. Tässä tehtävässä toteutui suunnitteluvaiheessa yhden oppilaan villikortti-idea. Joku oli toivonut saavansa tuhota tai polttaa jotain ja nyt he pääsivät niin tekemään. Toiseksi eniten oppilaat pitivät Auringonkukka-tehtävästä. Tässä tehtävässä oppilaat piirsivät keltaiselle paperille auringonkukan, jossa oli yhtä monta terälehteä kuin osallistujia oli. Kukan keskelle kirjoitettiin oma nimi ja jokainen sai kirjoittaa toisten kukkien terälehtiin jonkun hyvän ominaisuuden kyseisestä henkilöstä. Jos olisin kukka -tehtävä (LIITE 4/7) ja itsetunto-Alias (LIITE 4/11) saivat molemmat myös yhden äänen. Myös tarinoiden kuunteleminen oli ollut kivaa.

Koko tapahtuman parhaaksi asiaksi äänestettiin ylivoimaisesti yhdessäolo. Elokuvan katsominen sai yhden äänen. Yhdessäolo oli siis koettu mielekkääksi ja mukavaksi. Tästä voi päätellä, että toiminta oli onnistunut kokonaisuus ja oppilaat tunsivat olonsa turvalliseksi ja rennoksi, koska olivat lähes yksimielisesti valinneet sen tapahtuman parhaimmaksi asiaksi. Mikäli elokuvan katsominen olisi ollut illan paras toiminta, siitä olisi voinut päätellä, että tapahtuman toiminnallinen osuus ei olisi ollut niin hyvin onnistunut. Opettaja painotti myös yhdessäolon merkitystä nuoren kehityksen tukemisessa. Rydahl (2010, 24) toteaa myös, että nuorella on hyvä olla lähelläään aikuisia, joita voi pitää esikuvanaan ja joilta voi oppia uusia asioita. Omasta mielestäni yhdessä oleminen ja nuoren aito kohtaaminen vahvistavat myös hänen itsetuntoaan. Kun nuori saa onnistumisen kokemuksia sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa, ne lisäävät hänen itsevarmuuttaan ja antavat positiivisen minäkuvan.

Kirjalliseen palautekyselyyn (LIITE 5/2) vastasi 11 oppilasta. Kysymykseen, miten käsityksesi omasta itsestäsi muuttui tapaamisten aikana, kuusi oppilasta koki saaneensa myönteisiä vaikutuksia. Oppilaat näkivät esimerkiksi oman arvostuksensa kohonneen, ymmärsivät, ettei heillä olekaan niin huono itsetunto kuin olivat luulleet tai he olivat oppineet näkemään itsestään uusia puolia. Viisi oppilasta oli sitä mieltä, että käsitys omasta itsestä ei muuttunut tapaamisten aikana.

Kysymykseen, millaisia vaikutuksia harjoituksilla ja oppitunneilla oli omaan itsetuntoosi, kuusi oppilasta vastasi kokeneensa niillä olleen hyviä vaikutuksia itsetuntoon. Ne olivat auttaneet ajattelemaan enemmän omia hyviä puolia, ymmärtämään sen, että omista tunteista kannattaa puhua sekä opettaneet yleensä ymmärtämään, mitä hyvään itsetuntoon liittyy ja miten sitä voi vahvistaa. Viisi oppilasta ei huomannut harjoituksilla olevan mitään vaikutusta omaan itsetuntoonsa. Tavoitteenani oli saada nuori huomaamaan omia hyviä puoliaan ja hoksaamaan, mitä hyvän itsetunnon eteen voi tehdä. Oppilaiden palautteen perusteella koen onnistuneeni tässä tavoitteessa. Rydahl (2010, 11-12) on myös sitä mieltä, että nuoret kuvittelevat itsetunnon kohottamisen vaativan pitkää taistelua. Oman itsetunnon tervehdyttäminen on kuitenkin mahdollista, jos nuori on valmis muokkaamaan kielteisiä ajatuksiaan ja tietää, että itsetunto voi aina muuttua paremmaksi.

Oppilaat kokivat oppineensa uusia asioita itsetuntoon liittyen. Esimerkiksi sen, että itsetunto ei ole vain ulkonäköön liittyvää ja että itsetunnosta on pidettävä huolta. He olivat oppineet myös, että kaikki ovat tasa-arvoisia ja tärkeitä eikä ketään saa arvostella ulkonäön perusteella. Viisi oppilasta ei osannut sanoa, mitä ovat oppineet tai kokivat, että eivät olleet oppineet mitään uutta. Kaikille vastanneista oli kuitenkin jäänyt tapaamisista hyvä fiilis. Kukaan ei kokenut tapaamisia negatiivisina, mikä on mielestäni osoitus hyvin onnistuneesta kokonaisuudesta sekä toimivasta vuorovaikutuksesta. Oppilaiden mielestä tapaamisissa oli ollut kivaa ja toive uudesta tapaamisesta tuli esiin yhdessä vastauksessa.

Oppilaat olivat pääosin tyytyväisiä, eivätkä he olisi halunneet muuttaa mitään. Muutama kehittämisajatus heiltä kuitenkin tuli. Yksi oppilas olisi halunnut, että oltaisiin katsottu videoita itsetuntoon liittyen tai tehty kirjallisia helppoja tehtäviä aiheesta. Tämä olisikin ollut hyvä idea toteutettavaksi ja se kannattaakin pitää mielessä mahdollisia seuraavia tapahtumia ajatellen. Yksi oppilas olisi halunnut, että he olisivat itse saaneet valita illan elokuvan. Elokuvaa valitessani minulla olikin tarkoituksena etsiä muutama aiheeseen sopiva elokuva tai dokumentti, josta oppilaat olisivat saaneet valita mieluisan, mutta en onnistunut löytämään sopivia muuta kuin yhden. Minulla oli useampi elokuva kirjastosta lainassa, mutta osassa tuli vastaan ikäraja (K-16) tai muuten liian raju asiasisältö. Jouduin siis tyytymään omaan päätökseeni, mikä kyllä jäi itseäni harmittamaan.

Ensimmäinen kehittämistehtäväni oli pohtia, miten seurakunnan nuorisotyö voi tukea JOPO-luokan kasvatustyötä. Opettajan palautteen mukaan seurakunnan nuorisotyö pystyy osaltaan tukemaan JOPO-luokkaa ja kasvatustyötä. Opettajan toiveena olisi saada Kipinän hetki -tapahtuman tapaiset toiminnot joka-vuotiseksi perinteeksi. Nuorisotyönohjaajan näkemyksen mukaan seurakunta pystyy tukemaan hyvin JOPO-luokan kasvatustyötä, koska yhteistyö koulun kanssa on toimivaa ja mutkatonta. Kipinän hetki -tapahtuman mukaiset harjoitukset ovat hänen mielestään hyvin muokattavissa myös muiden koululaisryhmien kanssa käytettäväksi. Oma näkemykseni on, että kasvatustyön tukeminen onnistuu hyvällä koulun ja seurakunnan välisellä yhteistyöllä. Haastavampia ryhmiä, kuten JOPO-luokkaa, kohdatessa nuorisotyönohjaajalla on hyvä olla taustatietoa erityistä tukea tarvitsevan nuoren haasteista ja hänen kohtaamisestaan. Kosunen & Reina (2010, 336-337) pitävät tärkeänä kasvattajan omaa asennetta erilaisuutta kohtaan sekä hänen tietämystään erityistä tukea tarvitsevista oppilaista. Kasvattajan on nähtävä diagnosoimalla taakse ja huomattava jokaisen nuoren erityisyys ja arvokkuus.

Opettajan antaman palautteen mukaan itsetunto on aiheena tärkeä, mutta yhdessä oleminen ja tekeminen sitäkin tärkeämpää. Tähän ajatukseen seurakunnan koulutyötä peilattaessa, koulun kasvatustyön tukeminen on parhaimmillaan aitoa läsnäoloa. Piironen-Malmi & Strömberg (2008, 171) toteavat itseensä tyytyväisen aikuisen läsnäolon olevan nuorelle hyvä esimerkki sellaisesta aikuisuudesta, jota nuoren kannattaa tavoitella.

Toinen kehittämistehtäväni oli, miten saada toiminnallisuutta itsetuntoa vahvistavaan tapahtumaan. Nuorisotyönohjaajan näkemyksen mukaan onnistuin toiminnallistamaan sekä teorian tiedon opettamisen että muut itsetuntoon liittyvät harjoitteet siten, että jokainen pystyi osallistumaan niihin omien kykyjensä mukaan. Opettajan mielestä onnistuin saamaan tapahtumaan toiminnallisuutta tosi hienosti. Pienryhmissä toiminnallisissa tehtävissä on myös omat riskinsä, etenkin, jos ei tiedä, miten oppilaiden päivä on muuten sujunut. JOPO-luokkalaisten kohdalla päivään saattaa mahtua monenlaista haasteellista tilannetta, mikä vaikeuttaa toimintaan keskittymistä. Itse koen toiminnan kautta ohjaamisen ja tekemisen aina mielekkäämmäksi kuin pelkän sanallisen viestinnän kautta ohjaamisen. Erityistä tukea tarvitseva nuori pystyy keskittymään ja sisäistämään asioita paremmin saadessaan osallistua tekemällä ja kokeamalla. Vuorinen (2001, 181) toteaa erilaisten toiminnallisten harjoitusten ja leikkien kehittävän itsetuntoa, vastuullisuutta ja osallistujien keskinäistä luottamusta. Aktiivinen toiminta ehkäisee järjestyshäiriöitä ryhmissä. Oman kokemukseni kautta voin todeta, että Kipinän hetki -tapahtuman ja oppituntien runsas toiminnallisuus pitivät yllä hyvän työrauhan. Oppilaiden palautteen perusteella he olivat myös oppineet yllättävän paljon asioita itsetunnosta. Tämä todistaa osaltaan toiminnallisuuden voimaa oppimisessa.

Kolmas kehittämistehtäväni liittyi nuorten osallistamiseen tapahtuman suunnittelussa. Oppilaat itse kokivat saaneensa osallistua riittävästi suunnitteluun ja opettajan mielestä oppilaiden osallistaminen onnistui hyvin. Nuorisotyönohjaajan mielestä otin hyvin oppilaiden toiveet huomioon Kipinän hetki -tapahtuman suunnittelussa, mikä näkyi myönteisesti itse tapahtumassa – isompia ongelmia ei tullut ja nuoret osallistuivat esimerkillisen hyvin toimintaan. Hän koki, että olin saanut luottamuksen ja kunnioituksen syntymään itseni ja oppilaiden välille, jolloin on helppo esittää tavoittelemansa asia. Itse olin tyytyväinen siihen, miten hyvin oppilaat lähtivät mukaan toiminnan suunnitteluun. Oman mielipiteen kertominen janatyöskentelyn avulla oli varmasti helpompaa kuin, mitä se olisi ollut suullisesti. Mahdollisuus vaikuttaa tapahtuman sisältöön, motivoi varmasti nuoria osallistumaan aktiivisemmin toimintaan.

6 POHDINTA

Voiko pieni kipinä saada aikaan jotain suurta? Voiko ajatus unelmasta saada sen toteutumaan? Minulla oli unelma saada toteuttaa itsetuntoa vahvistava tapahtuma erityistä tukea tarvitseville nuorille. Minun kipinäni kasvoi joksikin suureksi, joka kosketti montaa nuorta ja sai aikaan jotain suurta. Minulle on suurta jo se, jos saan yhdenkin nuoren ajattelemaan itsestään positiivisemmin, jos saan yhdenkin nuoren tuntemaan olevansa arvokas ja tärkeä. Tämä unelmani täyttyi Kipinän hetki -tapahtumassa moninkertaisesti. Nuorten palautteet olivat minulle kaikkein parasta antia. Oli koskettavaa saada lukea nuoren omaa tekstiä, josta huokui oivaltamisen riemu omasta itsestään. Jos järjestämäni tapahtuma on saanut nuoren pohtimaan syvällisemmin omaa arvokkuuttaan tai omien tunteidensa ilmaisemisen tärkeyttä, on se minulle kuin lottovoitto.

Kipinän hetki -tapahtuman tavoitteena oli herätellä nuori itse näkemään oma kipinänsä ja omat vahvuutensa toiminnallisen tapahtuman avulla. Mielestäni onnistuin saavuttamaan tämän tavoitteen useimpien nuorien kohdalla. Nuorilta saamani palautteen perusteella voin päätellä heidän heränneen pohtimaan, mitä hyvään itsetuntoon liittyy ja miten siihen voi itse vaikuttaa. Nuorilta nousi koskettavia ajatuksia aiheesta. Erään nuoren kommentti kosketti minua erityisesti. *”En yleensä puhu omista tunteista, mutta harjoituksilla ja oppitunneilla sanoin. Siinä opin, että kannattaa sanoa.”* Tämän kommentin ansiosta tunnen erityistä onnistumisen riemua, koska omista tunteista kertominen on nuorille yleensä haasteellista ja etenkin, jos kyseessä on vieras ihminen. Onnistuin luomaan luotettavan ja turvallisen ilmapiirin, koska omia mielipiteitä ja tunteita uskallettiin ilmaista ja siitä jäi nuorelle kokemus, että se kannatti.

Käsitykseni siitä, että nuoren itsetunnon vahvistamisen eteen voi ja kannattaa tehdä työtä, vahvistui. Ammatillisesti katsottuna sain kokonaisvaltaisen käsityksen seurakunnan mahdollisuudesta olla tuke-
massa erityistä tukea tarvitsevan nuoren kasvua sekä koulun kasvatustyötä. Seurakunnan ja koulun välinen hyvä yhteistyö kantaa hedelmää. Meidän kannattaa kasvattajina tänäkin päivänä palata Jeesuksen esimerkin äärelle ja kohdata lapset ja nuoret tasaveroisina ja rakastettavina. Ainesmaa (2009, 9) muistuttaa meitä Jeesuksen sanoista ”joka ottaa luokseen yhdenkin tällaisen lapsen, se ottaa luokseen minut” (Mark. 9:37). Jeesus ei myöskään hyljännyt vähäosaisia eikä sairaita. Opinnäytetyöni aikana sain jälleen uuden kokemuksen rikkinäisen nuoren kohtaamisesta. Sydämeni ”palaa” halusta saada auttaa erityistä tukea tarvitsevia nuoria. Heidän sisäisen kauneutensa näkeminen tuo valoa omaankin sydämeeni. Määttä (2007, 233) näkee rakastavan aikuisen herättävän nuoren itsensä näkemään omat kehittymisen mahdollisuutensa.

Aikuisen läsnäolon merkitys korostui opinnäytetyöni aikana. Etenkin haasteellisissa elämänvaiheissa elävät nuoret tarvitsevat ehjän aikuisen roolimallia. Nuori aistii välittömästi, mikäli aikuinen ei ole mukana täydestä sydäimestään. Oppilaiden palautteissa korostui yhdessäolon tärkeys. He kokivat yhdessäolon koko tapahtuman tärkeimmäksi asiaksi. Mielestäni se on osoitus siitä, että nuori kaipaa sosiaalisia kontakteja, hyväksytyksi tulemistä omana itsenään ja aikuisen aitoa välittämistä. Seurakunnan nuorisotyössä yhdessä oleminen on vahvasti läsnä. Sen avulla seurakunta pystyy tukemaan koulun kasvatustyötä sekä vahvistamaan nuoren uskoa Jumalaan. Kinnunen (2011, 41) toteaa nuoren tarvitsevan yhteenkuulumisen ja läheisyyden tunnetta sekä ymmärretyksi ja hyväksytyksi tulemisen kokemista. Yhteisö, jossa nuoresta välitetään aidosti, vahvistaa nuoren käsitystä Jumalasta lujana ja turvallisena Isänä.

Opinnäytetyöni todisti toiminnallisuuden tehokkuutta oppimisen edistäjänä. Työrauha säilyi kaikissa pitämässäni tapaamisissa JOPO-luokkalaisten kanssa. Erityistä tukea tarvitsevan nuoren pitkäjänteisyys ja keskittymiskyky ovat usein heikommat kuin muilla nuorilla. He hyötyvät erityisesti vaihtelevista ja toiminnallisista opetusmenetelmistä. Toiminnallisuutta kannattaa hyödyntää kasvatustyön eri sektoreilla. Uusi opetussuunnitelma korostaa toiminnallisuutta ja kokonaisvaltaista oppimista keskeisenä arvona perusopetuksessa (Opetushallitus). Toiminnallisen oppimisen aikana nuori saa monenlaisia kokemuksia, elämyksiä ja oivalluksia (Leskinen, Jaakkola & Norrena 2016, 14). Oppilailta saamani palaute vahvistaa tätä näkemystä. He kirjoittivat palautteissaan oivaltaneensa uusia asioita itsestään ja omasta itsetunnostaan toiminnallisten tuokioiden aikana.

Nuoren kuuleminen on yksi nuorisotyön kulmakivistä. Jos nuori kokee olevansa täysin ulkopuolinen ja aikuiselle ”ilmaa”, hänen mielenkiintonsa toimintaan lopahtaa hyvin pian. Nuoren pitää tulla nähdyksi, kuulluksi ja kohdatuksi omana itsenään. Opinnäytetyössäni halusin osallistaa nuoria Kipinän hetki -tapahtuman suunnitteluun. Kun nuori on saanut sanoa oman mielipiteensä siihen, mitä tehdään, hän myös motivoituu aktiiviseen osallistumiseen paremmin. Opettajan näkemys oli, että nuoret kokevat tapahtuman ”tärkeämmäksi”, mikäli ovat itse päässeet vaikuttamaan sen sisältöön edes jollain tasolla. Nuoren mielipiteitä tulee arvostaa. Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen (2008, 204) mainitsevat oman mielipiteen ilmaisemisen olevan synnynnäinen ominaisuus. Jo hyvin pieni lapsi ilmaisee omaa tahtoaan itkemällä. Lapsen ja nuoren mielipiteille, unelmille ja ajatuksille on annettava oikeus kuulua. Nuoresta, jonka mielipiteitä on kuultu, kasvaa rohkea ja tahtova yhteiskunnan jäsen.

Nuorten kohtaamisessa positiivisen ja rennon ilmapiirin luominen lisää tasaveroisuuden tunnetta. Aikuisen ei ole silloin ”norsunluutornissaan pönöttävä” auktoriteetti, vaan seisoo nuoren kanssa samalla viivalla. Kasvattajan on hyvä muistaa tietoisesti viljellä rohkaisevia ja kannustavia kommentteja nuorista,

antaa palautetta ja kiitosta. Määttä (2007, 225) muistuttaa, että nuoren arvostaminen on hyvän itsetunnon rakentumisen avain. Kiittämällä ja kannustamalla tuetaan nuoren itsetunnon vahvistumista. Nuori tarvitsee aikuisen hyväksyntää ja rakkautta etenkin silloin, kun ei sitä tunnu ansaitsevan. Aikuisen ainoa oikeus nuoriin on rakastamisen oikeus. Opinnäytetyöni kohteena oli JOPO-luokkalaiset, jotka tarvitsevat aikuisen hyväksyntää ja rakkautta kaiken rikkinäisyytensä keskellä. Nuorisotyössä, erityistä tukea tarvitsevia nuoria kohdatessa, on hyvä muistaa erityisen rakkauden ja arvostuksen tarve. Rajat ja rakkaus, jämäkkyys ja lempeys ovat avaimia hyvään vuorovaikutussuhteeseen nuorten kasvatuksen kentällä.

Opinnäytetyöni avarsi ymmärrystäni erityistä tukea tarvitsevan nuoren kohtaamisesta sekä itsetunnon vahvistamisesta. Sain kokea jotain merkittävää JOPO-luokkalaisten kanssa. Sain kulkea pienen matkan yhdessä heidän elämänpolkuaan. Arvostan tätä mahdollisuutta ja oppimiskokemusta. Nuorten palautteet vahvistivat käsitystäni siitä, että pienilläkin teoilla on merkitystä. Vaikka Kipinän hetki -tapahtuma on kuin pisara valtameressä nuoren elämässä, se antoi heille kuitenkin ajattelemisen aihetta ja uutta näkökulmaa itsetunnosta. Aikuisen oma elämänsänsä ja positiivisuus heijastuvat nuoriin ja he saavat aikuisesta hyvän esimerkin. Kipinän hetki -tapahtumassa koin onnistumisen iloa saadessani nuorilta arvoni-
men ”pirtsakka täti”.

LÄHTEET

- Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Edita.
- Ainesmaa, A. 2009. Turvallisesti seurakunnassa. Hämeenlinna: Päivä Osakeyhtiö.
- Aro, M., Aro, T., Koponen, T. & Viholainen, H. 2012. Oppimisvaikeudet. Teoksessa M. Jahnukainen (toim.) Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa. Tampere: Osuuskunta Vastapaino, 299-331.
- Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Cacciatore, R. 2010. Lapsi ja perhe. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.) Jo iso, vielä pieni. Helsinki: LK-kirjat, 7-30.
- Friis, L., Eirola, R. & Mannonen, M. 2004. Lasten ja nuorten mielenterveystyö. Helsinki: WSOY.
- From, K. & Koppinen, M-L. 2012. Menossa mukana. Tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren toiminnallinen osallistuminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hakkarainen, K. 2012. Minun tieni kouluun. Teoksessa K. Hakkarainen & P. Pihkala. Seurakunta ja koulu. Yhteistyön käsikirja, 11-13.
- Hakkarainen, K. & Vappula, K. 2015. Mikä ikä? 10-14-vuotiaat seurakuntalaisina. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja.
- Halme, L. 2010. Lapsen parhaaksi. Uskontokasvatus kokonaisvaltaisen ihmiskuvan valossa. Helsinki: Lasten Keskus.
- Hellsten, T. 2001. Elämän lapsi. Vastuulliseen aikuisuuteen. 11. painos. Helsinki: Kirjapaja.
- Hietala, T., Kaltiainen, T., Metsärinne, U. & Vanhala, E. 2010. Nuori ja mieli. Koulu mielenterveyden tukena. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hovinen, R., Pekkala, K. & Puurunen, R. 2011. Erityistä tukea tarvitsevien lasten vanhempien kokemuksia saamastaan sosiaalisesta tuesta. Oulun seudun ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/26680/VALMISOP-PARIpdf.pdf?sequence=1>. Viitattu: 5.4.2017.
- Jahnukainen, M., Pösö, T., Kivirauma, J. & Heinonen, H. 2012. Erityisopetuksen ja lastensuojelun kehitys ja nykytila. Teoksessa M. Jahnukainen (toim.) Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa. Tampere: Osuuskunta Vastapaino, 15-54.
- Janhonen, S. & Sarja, A. 2011. Monta tapaa tukea. Joustavan perusopetuksen yhteistyömuotoja elämänhallinnan kehittämiseen. Opetushallitus. Oppaat ja käsikirjat. Saatavissa: http://www.oph.fi/download/140942_Monta_tapaa_tukea.pdf. Viitattu: 4.4.2017.
- JOPO-esite. Saatavissa: http://www.nivala.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/nivala/embeds/nivalawwstructure/16185_JOPO-esite.pdf. Viitattu: 21.1.2017.

- Keltikangas-Järvinen, L. 2003. Hyvä itsetunto. 13. painos. Helsinki: WSOY.
- Kinnunen, S. 2011. Lapsen usko. Miten tukea lapsen hengellistä kasvua? Helsinki: Uusi Tie.
- Korhonen, L. 2015. Lasten tavallisia pulmia. Teoksessa J. Sinkkonen & L. Korhonen. Pulassa lapsen kanssa. Helsinki: Duodecim, 191-266.
- Kosunen, E. & Reina, R. 2010. Erityinen lapsi. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.) Jo iso, vielä pieni. Helsinki: LK-kirjat.
- Kumpulainen, K., Krokfors, L., Lipponen, L., Tissari, V., Hilppö, J. & Rajala, A. 2010. Oppimisen sil-
lat. Kohti osallistavia oppimisympäristöjä. Helsingin yliopisto: CICERO Learning.
- Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista. 3.4.1987/380. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1987/19870380>. Viitattu: 5.4.2017.
- Leskinen, E., Jaakkola, T. & Norrena, J. 2016. Toiminnallisuus. Teoksessa J. Norrena (toim.) Ryhmä oppimaan! Toiminnallisia työtapoja ja tehtäväkehyksiä. Jyväskylä: PS-kustannus. 14.
- Lions Quest. Suuntaviivoja Lions Quest ohjelmiin. Helsinki: Suomen Lions-liitto r.y.
- Marttunen, M. & Karlsson, L. 2013. Nuoruus ja mielenterveys. Teoksessa M. Marttunen, T. Huurre, T. Strandholm & R. Viialainen (toim.) Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskentele-
ville aikuisille. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Opas 25. 7-14.
- Marttunen, M. 2013. Lukijalle. Teoksessa M. Marttunen, T. Huurre, T. Strandholm & R. Viialainen (toim.) Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Terveiden ja
hyvinvoinninlaitos. Opas 25. 3.
- Matinlompola, U. 2007. Vanhemmuus ei ole ammatti. Teoksessa K. Määttä (toim.) Helposti särkyvää. Nuoren kasvun turvaaminen. Helsinki: Kirjapaja, 104-117.
- Muhonen, M. & Tirri, K. 2008. Mitä on kristillinen kasvatusta. Teoksessa J. Porkka (toim.) Johdatus kristilliseen kasvatukseen. Helsinki: LK-kirjat, 63-82.
- Määttä, K. 2007. Vanhempainrakkaus – suurin kaikista. Teoksessa K. Määttä (toim.) Helposti särky-
vää. Nuoren kasvun turvaaminen. Helsinki: Kirjapaja. 220-235.
- Niemi, P. 2014. Resuinen ja rikas. 2. painos. Hämeenlinna: Päivä Osaakeyhtiö.
- Niva-Kaijan koulu. 2016-2017. Lukuvuositedote. Saatavissa: <https://peda.net/nivala/perusopetus/niva-kaijankoulu/lukuvuositedote/12:file/download/519e3057bb43652ba77a5d6f3e42935bcad243c6/Luku-vuositedote%202016-2017.pdf>. Viitattu: 1.4.2017.
- Nivalan seurakunta. Saatavissa: <https://nivalansrk.fi/>. Viitattu: 1.4.2017.
- Numminen, U. & Ouakrim-Soivio, N. 2009. Joustava perusopetus. JOPO-toiminnan aloittaminen ja vakiinnuttaminen. Helsinki: Opetusministeriön julkaisuja 2009:26. Saatavissa: <https://julkaisut.valtio-neuvosto.fi/bitstream/handle/10024/76695/opm26.pdf?sequence=1>. Viitattu: 26.3.2017.

Opetushallitus. 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 4. painos. Määräykset ja ohjeet 96. Saatavissa: http://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf. Viitattu: 14.4.2017.

Opetushallitus. Uudet opetussuunnitelmat pätkinänkuoressa. Saatavissa: http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/perusopetus/opetussuunnitelma_ja_tuntijako/uudet_opetussuunnitelmat_pahkinan_kuoressa. Viitattu: 27.3.2017.

Perusopetuslaki. 21.8.1998/628. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>. Viitattu: 2.4.2017.

Petäjä, H. 2008. Varhaiskasvatuksen uskontokasvatus. Teoksessa J. Porkka (toim.) Johdatus kristilliseen kasvatukseen. Helsinki: LK-kirjat, 121-130.

Pihkala, P. 2010. Seurakunnan ja koulun yhteistyö. Teoksessa E. Jokela & H. Pruuki (toim.) Jo iso, vielä pieni. Helsinki: LK-kirjat, 92-112.

Pihkala, P. 2012. Yhteistyön perusteet. Teoksessa K. Hakkarainen & P. Pihkala. Seurakunta ja koulu. Yhteistyön käsikirja. Helsinki: LK-kirjat, 47-54.

Piironen-Malmi, U. & Strömberg, S. 2008. Välittämisen pedagogiikka. Helsinki: Tammi.

Pruuki, L. 2008. Ilo opettaa. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Pruuki, L. 2010. Rippikoulun pikkujättiläinen. Helsinki: LK-kirjat.

Puolimatka, T. 2008. Arvojemme juuret. Teoksessa J. Porkka (toim.) Johdatus kristilliseen kasvatukseen. Helsinki: Lasten Keskus, 15-62.

Riekkinen, W. 2008. Kristillisen kasvatuksen lähtökohdista. Teoksessa J. Porkka (toim.) Johdatus kristilliseen kasvatukseen. Helsinki: Lasten Keskus, 83-93.

Rydahl, Pia Beck. 2010. Nuoren voimakirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Sinkkonen, J. 2008. Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. Helsinki: WSOY.

Sinkkonen, J. 2015. Kasvattaja pulassa, lastenpsykiatri auttaa. Teoksessa J. Sinkkonen & L. Korhonen. Pulassa lapsen kanssa. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 15-176.

Soisalo, R. 2012. Särkyvä mieli. Lasten ja nuorten psyykkinen oireilu. Suomen Psykologinen Instituuttiyhdistys ry.

Suomen ev.lut. kirkko. 2012. Tytöt & pojat seurakuntalaisina. Helsinki: Suomen ev.lut. kirkkohallituksen julkaisuja 2012:5.

Suomen ev.lut. kirkko. 2013. Lapset seurakuntalaisina. Helsinki: Suomen ev.lut. kirkkohallituksen julkaisuja 2013:1.

Taskinen, S. 2012. Lastensuojelulain soveltaminen. 1.-2. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Unicef. Yleissopimus lapsen oikeuksista. Saatavissa: <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>. Viitattu: 2.4.2017.

Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2016. Huomaa hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luontevahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Uusitalo, T. 2007. Nuoruusajan yksinäisyys. Teoksessa K. Määttä (toim.) Helposti särkyvää. Nuoren kasvun turvaaminen. Helsinki: Kirjapaja, 23-37.

Viljamaa, J. 2008. Itsetunto kuntoon. 2. painos. Kankaanpää: Mession.

von der Pahlen, B., Lepistö, J. & Marttunen, M. 2013. Päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Teoksessa M. Marttunen, T. Huurre, T. Strandholm & R. Viialainen (toim.) Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Opas 25. 109-123.

Vuorinen, I. 2001. Tuhat tapaa opettaa. Menetelmäopas opettajille, kouluttajille ja ryhmän ohjaajille. 6. painos. Tampere: Resurssi.

Vuorinen, K. Kaisa Vuorinen -kotisivut ”Kaisa in SOME. Materiaalit. Saatavissa: <http://kaisavuorinen.com/materiaalit/>. Viitattu: 31.3.2017.

Hyvä Jopo-luokkalaisen vanhempi/ huoltaja!

Olen yhteisöpedagogi-opiskelija Centria-ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötä, jonka hankkeistajana on Nivalan seurakunta. Opinnäytetyöni aiheena on ”Seurakuntatyö Jopo-luokkalaisen itsetunnon vahvistajana”. Opinnäytetyöhöni liittyen tulen järjestämään Jopo-luokalle Kipinän hetki -tapahtuman, jonka teemana on itsetunto ja sen vahvistaminen. Tapahtuma on 26.4.2017 leirikeskus Vinnurvassa. Ennen tapahtumaa käyn kaksi kertaa Jopo-luokassa tutustumassa oppilaisiin ja alustamassa aihetta.

Opinnäytetyössäni ei tulla käsittelemään oppilaisiin liittyviä asioita, vaan aiheeseen paneudutaan yleisellä tasolla. Opinnäytetyö tulee olemaan myöhemmin luettavissa www.theseus.fi -sivustolla. Opinnäytetyöhön liittyvien tapaamisten aikana oppilaita ei tulla pakottamaan mihinkään toimintaan, vaan kaikki perustuu vapaaehtoisuuteen. Minua sitoo täysi vaitiolovelvollisuus. Mitään näkemääni tai kuulemaani asiaa teidän nuoristanne, en levitä eteenpäin.

Mikäli teillä herää kysyttävää opinnäytetyöhöni liittyen, vastaan mielelläni kysymyksiinne.

Yhteistyöterveisin

Virpi Mehtälä

Opiskelija, Yhteisöpedagogi (AMK), kirkon nuorisotyö

Yhteystietoni: xxx xxx

TUNTISUUNNITELMA JOPO-LUOKKA 15.3.2017 KLO 10.00 – 10.45

- Voimausekortti jokaiselle luokkaan tulevalle, tervehtiminen.
- Oma esittely lyhyesti: nimi, opiskelu, opinnäytetyön tekeminen
- Biisi: Robin feat Elastinen - Kipinän hetki (4 min.)
- Kipinän hetki -idean esittely
- Tutustuminen oppilaisiin: luetaan voimausekortti + oma nimi -> jos oppilas ei halua itse lukea omaa lausettaan, niin opiskelija lukee sen. Seuraavaksi kerraksi jokainen etsii oman voimauseen opettajan johdolla. Jopo-luokassa askarrellaan siitä oma voimausekortti seuraavaa kertaa varten. Opettaja kerää valmiit kortit talteen seuraavaa tuntia varten. Voimausekortti voi toimia itsetunnon ja oman mielialan kohottajana. Voimauseen lukeminen tuo positiivista tunnetta.
- Oppilaiden osallistaminen tapahtuman suunnitteluun asematyöskentelyn avulla
 - o Syöminen. Asemat: Pullakahvit, voileipäkahvit, makkarat, pientä naposteltavaa
 - o Tekeminen. Asemat: Keskustelemaa, toiminnallista (kädentaidot, leikit)
 - o Ajankohta. Asemat: Koulupäivän aikana, illalla
 - o Saunominen. Asemat: Kyllä, ei
- Oppilaat saavat kirjoittaa pareittain omia ehdotuksia kortteihin: villikortti -> villeimmät ideat ja taviskortti -> toteuttamiskelpoiset ideat. Kortit kerätään kiitos-kuoreen.
- Jos aikaa jää otetaan vahvuuskorteilla (Pesäpuu ry) tutustumista. Jokainen saa valita yhden kortin, joka kuvaa omaa vahvuutta. Jos ei halua kertoa siitä mitään, riittää, että näyttää kortin.

Liitteet:

Voimauseet

Asematyöskentelyn vaihtoehdot

Voimalausheet

Itsemyötätuntoinen hetki
voi muuttaa päiväsi.
Ketju niitä voi muuttaa
koko elämäsi.
Christopher Germer

Viivyt siellä, missä liekkisi
saa loistaa.

Miksi katkaista siipensä,
kun niillä voi lentää.

Sinunkaan ihmisarvos
ei perustu suorittamiseen.

Ethän anna kenenkään
sammuttaa liekkiäsi.

Rakastamalla haavoittuneita,
hauraita, pelokkaita puoliasi,
syntyy vapautta
olla yhä enemmän oma itsesi.
Ole rohkeasti se,
joka olet.
Rakkaus ja viisaus
elävät sinussa.
Astu sisään.

Sydämesi ilo tuo iloa
muidenkin sydämiin.

Sisäinen valosi
valaisee myös muita.

Kauneus ei ole kasvoissa.
Se on valo sydämessä.
Kahlil Gibran

Arvosí ei perustu kokoon, ei muotoon,
ei ikään, ei väriin.
Ei tekemiseen, ei tehokkuuteen,
ei mieltymyksiin, ei taipumuksiin.
Olet arvokas, koska sinä olet.

Katso itseäsi hyväksyvin,
lempein silmin,
sillä kriittisen katseen alla lakastuu.

Tänään en torju, en pilkkaa.
En sydäntäni koveta.
Tänään poimin kukkia itselleni.

Sinulla on lupa tuntea
juuri sitä, mitä tunnet.

LÄHTEET

Itsemyötätunnon taito. Facebook-sivut. Saatavissa: <https://www.facebook.com/itsemyotatunto/?fref=ts>.
Viitattu: 16.2.2017.

ASEMATYÖSKENTELYN VAIHTOEHDOT

PULLAKAHVIT
VOILEIPÄKAHVIT
MAKKARAA
NAPOSTELTAVAA
KESKUSTELEVAA
TOIMINNALLISTA
KÄDENTAITOJIA
LEIKIT
KOULUPÄIVÄN AIKANA
ILLALLA
SAUNA KYLLÄ EI

TUNTISUUNNITELMA JOPO-LUOKKA 3.4.2017 KLO 8.00-8.45

- Käydään läpi omat voimausekortit (15 min.)
 - Kortit laitetaan koriin.
 - Oppilaat menevät 3-4 hengen ryhmiin. Joka ryhmälle annetaan A3-paperi ja vahavärit.
 - Ohjaaja lukee kortin kerrallaan ja ryhmä värittää/ piirtää paperille asioita, mitä kustakin voimausesta tulee mieleen. (Aikaa annetaan 1 min./ lause)
- Mitä itsetunto tarkoittaa? Käydään asiaa läpi itsetunto-mittarin avulla.
- Mittarin purku
- Kootaan lopuksi itsetuntoon liittyviä asioita taululle Itsetunto Iivarin ympärille.
 - Valmiit, laminoidut itsetuntolauseet asetetaan pöydälle
 - Oppilaat saavat valita lauseista itseään puhuttelevan ja viedä sen taululle Itsetunto Iivarin ympärille. (lauseiden takana pieni magneetti -> magneettitaulu)
- Myönteinen ja kielteinen tarina (tämä voidaan tehdä myös Vinnurvassa, jos luokassa ei ehditä)
- Nähdään sitten Vinnurvassa 26.4.17. Ohjelman läpikäyminen.
- Biisi: Elastinen feat Robin – Vahva (4 min)

Liitteet:

Hyvä itsetunto-mittari

Hyvä itsetunto-mittarin väittämät

Itsetunto Iivarin itsetuntolauseet

Myönteinen ja kielteinen tarina

Hyvä itsetunto

1. Kyllä _____ Ei
2. Kyllä _____ Ei
3. Kyllä _____ Ei
4. Kyllä _____ Ei
5. Kyllä _____ Ei
6. Kyllä _____ Ei
7. Kyllä _____ Ei
8. Kyllä _____ Ei
9. Kyllä _____ Ei
10. Kyllä _____ Ei

HYVÄ ITSETUNTO -MITTARIN VÄITTÄMÄT

Tämän harjoituksen avulla nuori saa pohtia, mitä hyvä itsetunto hänen mielestään tarkoittaa ja mitä asioita siihen liittyy. Ohjaaja jakaa nuorille ”Hyvä itsetunto” lomakkeet ja pyytää heitä piirtämään Kyllä – Ei -janalle merkin siihen kohtaan, kuinka paljon hän itse on väittämän kanssa samaa mieltä eli liittyykö väittämä hänen mielestään itsetuntoon. Jokainen nuori saa täyttää oman lomakkeen rauhassa, eikä sitä tarvitse näyttää muille. Ohjaaja lukee seuraavat väittämät ääneen ja antaa pienen hetken aikaa miettiä vastausta ennen kuin siirtyy seuraavaan väittämään. Kerrotaan vielä, että tehtävässä ei tarvitse miettiä, kuvaako väittämä nuorta itseään, vaan mietitään, liittyykö se yleisesti itsetuntoon.

Vastaamisen jälkeen väittämät käydään läpi väittämien purun mukaan. Lopuksi keskustellaan yleisesti, miltä tuntui miettiä itsetuntoon liittyviä asioita. Oliko vaikeaa vai helppoa?

VÄITTÄMÄT:

1. Kukaan ei ole minua parempi.
2. Osaan antaa samalla mitalla takaisin, jos minua haukutaan.
3. Tiedän olevani riittävän hyvä juuri sellaisena kuin olen.
4. Luotan siihen, että selviydyn elämästäni riittävän hyvin.
5. Teen itse omat päätökseni, ihan sama, mitä muut ajattelevat.
6. Arvostan ystäväni taitoja ja hyviä puolia.
7. Jos saan kokeesta ala-arvoisen, masennun, eikä minua kiinnosta enää opiskella.
8. Minun pitää olla asioista samaa mieltä kaverini kanssa.
9. Koen, että oma elämäni on arvokas ja ainutlaatuinen.
10. Luotan omaan oppimiseeni ja pärjään siksi hyvin koulussa.

VÄITTÄMIEN PURKU:

1. Hyvä itsetunto on omien hyvien ominaisuuksien tunnistamista. Ihmisellä on silloin itsestään enemmän positiivisia ajatuksia kuin negatiivisia, mutta ne ovat kuitenkin realistisia. Ihminen ei kuvittele itsestään myöskään liikoja, eikä pidä itseään muita parempana ihmisenä.
2. Itsetunto liittyy ihmisen kykyyn tulla toimeen muiden kanssa. Ihminen, jolla on hyvä itsetunto, on joustava mielipiteissään ja osaa huomioda toisia. Aggressiivinen itsensä puolustaminen liittyy usein heikkoon itsetuntoon.

3. Itsetunto liittyy itsensä arvostamiseen. Se on kykyä olla tyytyväinen omiin suorituksiin vertailematta itseään muihin.
4. Hyvään itsetuntoon liittyy tunne elämän hallinnasta. Ihminen luottaa omiin ongelmanratkaisutaitoihinsa ja päätöksentekokykyynsä. Ihmisellä on tunne, että hän pystyy itse vaikuttamaan omaan elämäänsä liittyviin asioihin.
5. Hyvän itsetunnon omaava ihminen uskaltaa asettaa omaan elämäänsä tavoitteita ja päämääriä, jotka ovat hänelle itselleen sopivia. Hän ei tarvitse muiden hyväksyntää valinnoilleen.
6. Hyvään itsetuntoon liittyy myös taito arvostaa muita ihmisiä ja heidän vahvuuksiaan. Ihminen ei kuvittele olevansa ainut, jolla on hyviä ominaisuuksia, vaan hän osaa antaa tunnustusta myös toisten onnistumisista ja hyvistä puolista. Toisten kritisoiminen ja vähättely liittyvät heikkoon itsetuntoon.
7. Pettymysten sietokyky liittyy hyvään itsetuntoon. Omien virheiden ja epäonnistumisten myöntäminen ei tarkoita sitä, että olisi huono. Epäonnistuminen ei johda itsensä syyttämiseen, vaan ihminen alkaa miettiä, miten voisi toimia jatkossa toisin ja mitä tästä voisi oppia.
8. Itsenäisyys omissa mielipiteissä liittyy hyvään itsetuntoon. Omien mielipiteiden ilmaiseminen ei kuitenkaan tarkoita toisten loukkaamista. Ihminen pystyy perustelemaan omat mielipiteensä rauhallisesti.
9. Hyvään itsetuntoon liittyy kyky nähdä oma elämänsä ainutlaatuisena ja arvokkaana. Ihminen tietää olevansa tärkeä ilman erityistä suorittamista tai onnistumisen pakkoa. Ihminen ymmärtää, että jokaisen elämänpolku on erilainen eikä sen arvokkuutta mitata koulu- tai työmenestyksellä.
10. Hyvän itsetunnon ja koulumenestyksen välillä on huomattu olevan voimakas yhteys. Oppilas, joka luottaa itseensä ja omaan kykyynsä oppia, menestyy paremmin koulussa. Hyvällä itsetunnolla on jopa suurempi merkitys koulumenestykseen kuin älykkyydellä.

LÄHTEET

Keltinkangas-Järvinen, L. 2003. Hyvä itsetunto. 13. painos. Helsinki: WSOY. (17-43)

ITSETUNTO -IIVARIN ITSETUNTOLAUSEET

Leikkaa lauseet irti, liimaa kartongille, laminoi kortit ja aseta tarramagneettinauhan pala kortin taakse, mikäli käytät magneettitaulua tehtävässä.

REALISTISET AJATUKSET OMASTA ITSESTÄ

YHTEISTYÖKYKYINEN

JOUSTAVUUS MIELIPITEISSÄ

ITSENSÄ ARVOSTAMINEN MUIHIN VERTAILEMATTA

TUNNE OMAN ELÄMÄN HALLINNASTA

LUOTTAMINEN OMAAN PÄÄTÖKSENTEKOKYKYYN

TAITO ARVOSTAA MUIDEN VAHVUUKSIA

POSITIIVISET AJATUKSET OMASTA ITSESTÄ

USKALLUS ASETTAA TAVOITTEITA ELÄMÄÄN

PETTYMYKSEN SIETOKYKY

KYKY OPPIA VIRHEISTÄ

ITSENÄISYYS OMISSA MIELIPITEISSÄ

LUOTTAMINEN OMAAN OPPIMISKYKYYN

OMAN ELÄMÄN ARVOSTAMINEN

ERILAISUUDEN ARVOSTAMINEN

MYÖNTEINEN TARINA JA KIELTEINEN TARINA

Luokka jaetaan kahteen ryhmään. Toinen ryhmä täyttää tarinan myönteisillä adjektiiveilla ja toinen kielteisillä. Valmiit tarinat luetaan ja keskustellaan, miltä ne kuulostavat. Kumpaa tarinaa oli mukavampi kuunnella? Miksi? Mitä tunteita se herätti? Kumman tarinan henkilö haluaisit olla? Onko myönteisyydestä jotain hyötyä? Miten myönteinen / kielteinen elämänasenne vaikuttaa itseesi tai muihin ihmisiin? Voiko oma suhtautumisesi (myönteinen tai kielteinen) vaikuttaa toisten itsetuntoon?

TARINA:

Minttu oli tosi _____ tyttö. Hän asui _____ kaupungin laitamilla _____ vanhempiensa ja _____ veljensä kanssa. Heillä oli _____ talo, jossa Mintulla oli _____ huone. Mintulla oli yksi _____ ystävä, jolle hän kertoi aina kaikki huolensa. Minttu kävi _____ ystävänsä luona lähes päivittäin tai ainakin he mesettivät joka päivä. Eräänä _____ perjantaina Minttu oli ollut _____ ystävänsä kanssa kaupungilla hengailemassa. He olivat tavanneet ihan _____ tyyppejä. Heillä oli ollut tosi _____ ilta. Mintulle jäi illasta _____ mieli.

KIPINÄN HETKI -TAPAHTUMA 26.4.2017 klo 14.30-18.30

OHJELMA 14.30-16.00

- Tervetulosanat, illan ohjelman esittely
- Säkki -tehtävä
- Tutustumisleikki ”Jos olisin kukka, olisin...” sanotaan myös oma nimi!
- Paikkasalaatti ”Minä osaan...”
- Vahvuusesine
- Mielikuvamatka
- Auringonkukka -tehtävä
- Itsetunto -Alias
- Kolme enkeliä -tarina
- Peili -tehtävä huoneesta poistuttaessa

TAUKO 16.00-16.45

- Tarjoilua: kahvit
- Pelejä: Halligalli, Uno, Matopeli, älypelit, frisbeen heittoa, jalista

HARTAUUS 16.45-17.00

- Et ole roskaa -hartausteksti
- Rukous
- Biisi: Herz/ Voittajana maalissa (3:38)

ELOKUVA: Silta salaiseen maahan 17.00-18.30

- Tarjoilua: naposteltavaa

KOTIIN 18.30

KIPINÄN HETKI -TAPAHTUMAN LEIKIT JA HARJOITUKSET

SÄKKI -TEHTÄVÄ

TAVOITTEET:

Ikävien asioiden saaminen pois mielestä. Positiiviseen mielialaan virittäytyminen.

TARVIKKEET:

Säkkiukko -kuvat, kynät, tulitikut, takka

TOTEUTUS:

1. Jokainen saa säkkiukko -kuvan.
2. Säkin sisälle kirjoitetaan kaikki ne huolet ja ikävät asiat, jotka juuri nyt ovat mielessä. Kuvaa ei tarvitse näyttää muille.
3. Kerrotaan, että nyt on aika päästää huolista irti tämän yhteisen illan ajaksi. (Joku oppilaista oli kirjoittanut villikorttiin toiveeksi saada polttaa/ tuhota jotain. Tämä toive toteutuu nyt!)
4. Jokainen polttaa vuorollaan oman säkkiukko -kuvansa takassa ja samalla mielessään visualisoi huolien häviämisen.

LÄHTEET: Rouvinen-Kemppinen, K. & Kemppinen, P. 2000. Luovuuden kukoistus. Toiminnallinen harjoituskirja. Vantaa: Kannustusvalmennus P. & K. Oy. (Mukailtu versio)

JOS OLISIN KUKKA -TUTUSTUMISLEIKKI

TAVOITTEET:

Toisiin tutustuminen. Rennon ilmapiirin luominen.

TARVIKKEET:

Lappuset, joissa lukee sanat: kukka, biisi, soitin, mauste, eläin, vuodenaika, valtio, kone, väri, supersankari, hahmo Aku Ankasta, tunnetila, astia, auto

TOTEUTUS:

1. Jokainen oppilas saa vuorollaan nostaa lapun ja sanoa: ”Jos olisin kukka, niin olisin ... ruusu”. Jokainen keksii itseään kuvaavan asian saamastaan aihepiiristä. 1 aihe/ oppilas. Sanotaan myös oma nimi.

PAIKKASALAATTI

TAVOITTEET:

Tutustuminen, omien vahvuuksien huomaaminen ja yhteishengen luominen.

TARVIKKEET:

Tuolit piirin muodossa

TOTEUTUS:

1. Ohjaaja aloittaa ja menee piirin keskelle. Muut istuvat piirissä ympärillä.
2. Ohjaaja sanoo jonkun asian, minkä osaa. Esimerkiksi: ”Osaan soittaa pianoa”
3. Kaikki, jotka osaavat saman asian nousevat ylös ja vaihtavat nopeasti paikkaa. Viereiseen penkkiin ei saa mennä. Keskellä ollut juoksee myös.
4. Ilman paikkaa jäänyt menee seuraavaksi keskelle. Leikki jatkuu samalla tavalla niin kauan kuin halutaan.

VAHVUUSESINE**TAVOITTEET:**

Omien vahvuuksien tunnistaminen. Rohkeus kertoa niistä muille. Erilaisuuden huomaaminen ja hyväksyminen. Toisten vahvuuksien arvostaminen.

TARVIKKEET:

Erilaisia esineitä esim. kynä, ruuvimeisseli, sivellin, pullasuti, jääkiekko, sählypallo, kynsilakkapullo, meikkisivellin, pikkuauto, leikkikoiria, sulkapallo, kirja, aurinkolasit, kuulokkeet

TOTEUTUS:

1. Ohjaaja asettelee piirin keskelle erilaisia mukanaan tuomia esineitä.
2. Jokainen saa valita yhden esineen, joka kuvaa hänen omaa vahvuuttaan ja palata sitten paikalleen. Esine voi symboloida omaa vahvuutta, sen ei tarvitse olla täsmälleen sitä, mitä yleensä esineellä tehdään. Esimerkiksi sulkapallo voi kuvastaa: ”Olen hyvä urheilemaan”. Jokainen kertoo vuorollaan, miksi valitsi kyseisen esineen. Esim. pullasuti – olen hyvä leipomaan.

VOIMAANNUTTAVA MIELIKUVAMATKA

TAVOITTEET: Positiivisten mielikuvien harjoittelu visualisoinnin avulla. Jännityksen lievittäminen rentoutumisen kautta. Itsetunnon voimaannuttaminen.

TARVIKKEET:

Rauhallista luonnonäänimusiikkia. Esimerkiksi YouTube: https://www.youtube.com/results?search_query=luonnon%C3%A4%C3%A4net+musiikkia

Tyyny/ pehmusteet, CD-soitin, voimaannuttava mielikuvamatka -tarina (LIITE4/8 – 4/9)

TOTEUTUS:

Taustalla soi rauhallinen musiikki. Oppilaat ottavat mukavan asennon lattialla maaten ja laittavat silmät kiinni. Ohjaaja pyytää rentoutumaan ja keskittymään mielikuvamatkan tarinaan. Ohjaaja lukee tarinan rauhallisella äänellä.

AURINGONKUKKA**TAVOITTEET:**

Toisen arvostaminen. Toisten vahvuuksien huomaaminen. Positiivisen palautteen antaminen. Toisen itsetunnon vahvistaminen. Oman itsetunnon vahvistuminen.

TARVIKKEET:

Keltaista A4 -paperia jokaiselle oppilaalle ja aikuiselle oma. Kyniä.

TOTEUTUS:

1. Jokainen saa oman keltaisen paperin ja piirtää siihen auringonkukan, jossa on yhtä monta terälehteä kuin osallistujia on.
2. Jokainen kirjoittaa oman nimen kukan keskiosaan.
3. Laput laitetaan ringissä kiertämään niin, että jokainen kirjoittaa jokaiseen lappuun, yhteen kukan terälehteen, hyvän ominaisuuden kyseisestä henkilöstä.

ITSETUNTO -ALIAS**TAVOITTEET:**

Itsetuntoon liittyvien käsitteiden oppiminen. Vuorovaikutus.

TARVIKKEET:

Itsetunto -Alias lappuset, eläinkortit

TOTEUTUS:

1. Oppilaat jaetaan pienempiin ryhmiin (3-4 henkilöä) eläinkorttien avulla. Jokainen saa kortin, jossa on eläimen kuva tai nimi. Kaikki, joilla on sama eläin menevät samaan ryhmään.
2. Ryhmissä selitetään itsetuntoon liittyviä sanoja vuorotellen. Sanaan liittyvää osaa ei saa käyttää selityksessä. Toiset yrittävät arvata, mistä sanasta on kysymys.
3. Pelissä ei oteta aikaa, eikä etsitä voittajaa. Tärkeintä on, että jokainen selittäisi ainakin yhden sanan toisille. Sanat ovat aika haasteellisia, joten annetaan aikaa ja autetaan tarvittaessa. Vastauksen ei tarvitse olla täydellisen oikein.

KOLME ENKELIÄ -TARINA

TAVOITTEET:

Itsetunnon vahvistaminen kristillisen sanoman kautta.

TARVIKKEET:

Kolme enkeliä -tarina (LIITE 4/12 – 4/13)

TOTEUTUS:

Oppilaat saavat ottaa rennon asennon ja kuunnella tarinan halutessaan silmät kiinni.

PEILI

TAVOITTEET:

Oman arvokkuuden ymmärtäminen. Loppukevennys.

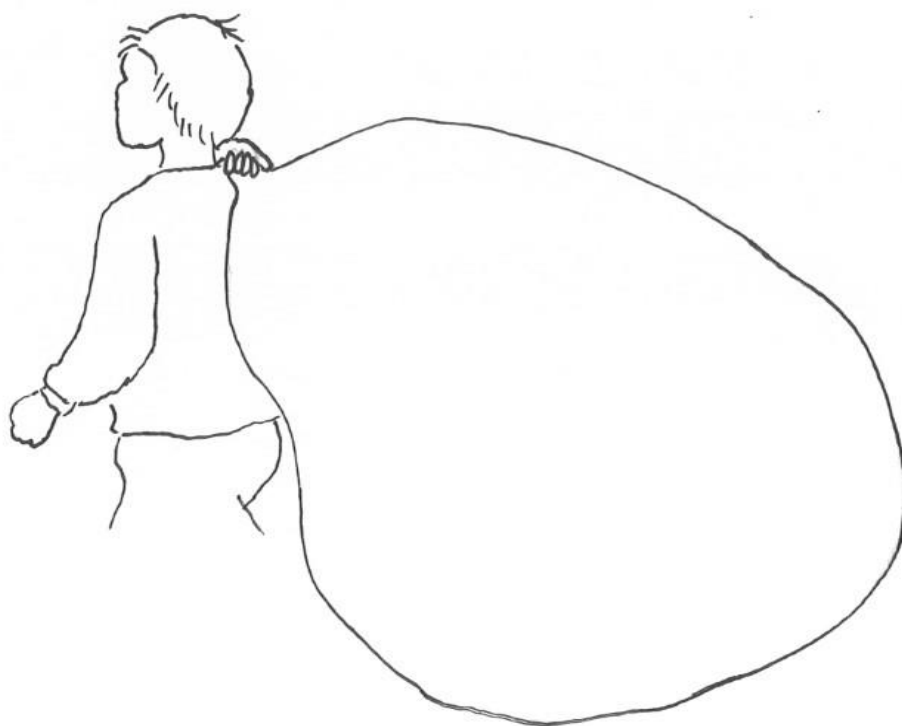
TARVIKKEET:

Iso peili

TOTEUTUS:

1. Joku aikuisista on käynyt laittamassa salaa oven/ nurkan taakse ison peilin.
2. Ohjaaja kertoo, että tuolla oven takana on henkilö, joka pystyy vaikuttamaan kaikista eniten sinun itsetuntoosi ja siihen, mitä ajattelet itsestäsi.
3. Jokainen saa mennä vuorotellen pois huoneesta ja käydä kurkkaamassa itseään peilistä. Salaisuutta ei saa paljastaa muille!

SÄKKIUKKO -KUVA



JOS OLISIN KUKKA -TUTUSTUMISLEIKIN LAPPUSET

Leikkaa sanat irti. Liimaa halutessasi kartongille.

KUKKA**BIISI****MAUSTE****SOITIN****ELÄIN****VUODENAIKA****VALTIO****KONE****VÄRI****SUPERSANKARI****HAHMO
AKU ANKASTA****ASTIA****TUNNETILA****AUTO**

VOIMAANNUTTAVA MIELIKUVAMATKA

Sulje nyt silmäsi. Hengitä muutaman kerran syvälle sisään ja ulos. Rauhoita mielesi. Hengitä rauhallisesti. Tunnet, kuinka koko kehosi rentoutuu ja rauhoittuu. Nauti rentouden tunteesta ja anna sen levitä koko kehoosi. Tyhjennä mielestäsi kaikki ylimääräinen. Kaikki mieltäsi painavat asiat poistuvat mielestäsi ja keskityt kuuntelemaan kertomaani mielikuvamatkaa. Kehosi ja mielesi ovat täysin rauhoittuneet.

Kuljet kaunista polkua pellon reunalla. On kesäinen, lämmin päivä. Kaikki on hyvin. Mikään ei uhkaa sinua. Saat kävellä täysin turvallisesti mielin polkua eteenpäin.

Polku on kivikkoinen. Sitä reunustavat siniset kissankellot. Ne heiluvat vienosti tuulella, kuin kutsuen sinua luokseen. Lämpöinen kesätuuli kietoo sinut syliinsä saaden sinut tuntemaan olosi turvallisiksi ja rentoutuneeksi. Istahdat polun reunalle, pienelle kivelle. Aurinko on lämmittänyt kiveä ja siinä on mukava istua. Katselet ympärillesi. Mehiläiset surisevat lähettyvilläsi tehden tärkeää työtään. Kesäinen maisema saa sinut hyvälle mielelle. Sinulla ei ole kiire minnekään, saat vain nauttia luonnon rakastavasta ilmapiiristä. Maailma on kaunis.

Ajatuksesi kääntyvät sisimpääsi. Sinäkin olet kaunis juuri nyt, juuri tänään. Kissankellot eivät arvostele sinua. Sinä kelpaat sellaisena kuin olet. Sinä kelpaat myös itsellesi. Hiuksesi ovat juuri sellaiset kuin sinulla kuuluukin olla. Kätesi, jalkasi, kasvosi ja koko kehosi ovat juuri sellaiset kuin niiden kuuluukin olla. Ne eivät vaikuta siihen, mitä sinä olet sisimmältäsi. Sisimmältäsi olet puhdasta kultaa ja äärimmäisen arvokas. Sinua rakastetaan.

Katselet luonnon kauneutta ympärilläsi. Yläpuolellasi lentäviä lintuja, kauempana kimaltavaa järven pintaa, rosoista kiveä, johon vihreä sammal on alkanut kasvaa. Sinulla on täydellisen rauhallinen ja tyyni olo. Ihaillet luontoa ja se vastaa sinulle. Olet yhtä täydellinen kuin luonto ympärilläsi. Sinä osaat ja sinä voit.

Lähdet nyt kulkemaan polkua takaisin kevein mielin varmana siitä, että tulet onnistumaan elämässäsi, tulet saavuttamaan unelmasi. Hymyilet. Katsot taivaalle, missä linnut kaartelevat vapaina ja varmoina siivistään, jotka kantavat kyllä, vaikka myrskyäisi.

Tiedostat nyt, missä olet. Liikuttele hitaasti käsiäsi ja jalkojasi. Palaa rauhallisesti takaisin täyteen tietoisuuteen. Vähitellen tunnet herääväsi. Avaat silmäsi, varmana siitä, että sinunkin siipesi kantavat. Tervetuloa takaisin!

Teksti: Virpi Mehtälä

ELÄINKORTIT

Leikkaa sanat irti. Liimaa kartongille pieniksi korteiksi.

KETTU**KETTU****KETTU****KETTU****PÖLLÖ****PÖLLÖ****PÖLLÖ****PÖLLÖ****KARHU****KARHU****KARHU****KARHU****KOIRA****KOIRA****KOIRA****KOIRA****KISSA****KISSA****KISSA****KISSA**

ITSETUNTO-ALIAS

Leikkaa itsetuntoon liittyvät sanat irti ja liimaa ne kartongille. Tee niistä pienet sanakortit, joiden avulla nuoret voivat selittää toisilleen itsetuntoon liittyviä asioita. Peliä pelataan joko pareittain tai pienissä ryhmissä. Yksi nostaa kortin ja selittää sanan käyttämättä kuitenkaan mitään sanaan liittyvää osaa selityksessään. Sanan oikein arvanneesta sanotaan jokin positiivinen asia tai kiitetään häntä jostain asiasta.

Itseluottamus	Elämäntyytyväisyys
Itsevarmuus	Itsetunto
Itsenäisyys	Arvostaminen
Riippumattomuus	Itsensä arvostaminen
Ainutlaatuinen	Tasapainoinen
Pettymyksen sietokyky	Rehellisyys
Empatia	Koulumenestys
Elämänhallinta	Sosiaalisuus
Erilaisuus	Ongelmanratkaisukyky
Myötätunto	Taitava
Onnellinen	Sopeutumiskyky
Joustavuus	Hyväksyminen

KOLME ENKELIÄ

Kolme enkeliä Usko, Toivo ja Rakkaus olivat matkalla Suomessa, paikkakunnalla nimeltään Nivala. Enkelit eivät olleet aikaisemmin käyneet Nivalassa, mutta nyt heille oli annettu tehtäväksi käydä tarkkailemassa, mitä Nivalan nuorille kuuluu, onko heillä hyvä olla Nivalassa ja mistä Nivalan nuoret haaveilevat. Enkelit lensivät innolla kohti suurta seikkailuaan Nivalaan.

Ensimmäisenä enkelit saapuivat S-Marketin kulmille. He näkivät monia perheen äitejä ja isiä kantamassa kassikaupalla ruokaa lapsilleen ja aika monen kassissa oli voipaketti, koska se oli tarjouksessa tänään. Enkelit ajattelivat: ”Hienoa! Nivalassa ainakin lapset saavat ruokaa ja heistä pidetään huolta kotona.”

Enkelit näkivät S-Marketin sisällä joukon nuoria istumassa penkeillä kännyköitään selaillen. ”Mitähän nämä nuoret oikein täällä kaupassa istuvat?” ihmettelivät enkelit. He kuulivat syviä huokauksia nuorten suunnalta: ”Kunpa meille olisi oma kahvila, ihan tässä keskustassa, missä voisimme istua iltaa kavereiden kanssa!” Enkelit kirjoittivat tuota pikaa muistivihkoihinsa tämän nuorten toivomuksen. Enkeli Usko sanoi: ”Uskon, että tämä toive toteutuu!” Enkeli Toivo sanoi: ”Toivon, että tämä toive toteutuu!” Mutta enkeli Rakkaus sanoi: ”Minä rakastan näitä nuoria, olivatpa he, missä tahansa!”

Enkelit jatkoivat matkaansa ja tulivat torille. Torilla ei tapahtunut mitään, siellä ei ollut edes nakki-kioskia. Mutta siellä he näkivät yhden Nivalan nähtävyyden - suihkulähteen, jossa ei ollut yhtään vettä. Sen sijaan siellä oli tyhjiä kaljatölkkejä ja tupakan tumppeja. Enkelit tulivat hyvin surullisiksi tämän nähtyään. He ymmärsivät yhä paremmin S-Marketissa kuulemiensa nuorten toivomusta omasta kahvilasta. Torilla oli kuitenkin joukko nuoria istumassa tuon kuivan suihkulähteen ympärillä. Ympäristö oli karu, mutta nuoret olivat sitkeitä, he viettivät omaa vapaa-aikaansa näinkin alkeellisissa oloissa, miettien kuitenkin, voitaisiinko torille järjestää useammin nuorille sopivaa toimintaa. Enkelit kirjoittivat tämän nuorten toiveen pikaisesti muistiin. Enkeli Usko sanoi: ”Uskon, että tämä tori vielä jonain päivänä pistetään kuntoon!” Enkeli Toivo sanoi: ”Toivon, että tänne järjestetään upea bänditapahtuma!” Mutta enkeli Rakkaus sanoi: ”Minä rakastan tätä toria, koska näen kauneutta kaikkialla!” Seuraavana aamuna enkelit jatkoivat seikkailuaan Nivalassa ja niin he saapuivat Niva-Kaijan koululle. Koulu vaikutti tosi isolta ja hienolta. ”Täällä nuoret varmasti viihtyvät!” ajattelivat enkelit. Oli välitunti. Nuoret olivat pihalla. Aurinko paistoi ja kaikki näytti olevan hyvin. Enkelit kuulivat paljon

iloista puheensorinaa, mistä he tulivat itsekin kovin iloisiksi. Heidän katseensa osuivat kuitenkin eräänseen oppilaaseen, joka istui ihan yksinään seinän vierellä. Hän näytti hieman alakuloiselta. ”Mistähän tässä oikein on kyse?” miettivät enkelit. He päättivät kuunnella tuon oppilaan mietteitä. ”Miks se sanoi niin? Mitä se sillä tarkotti? Ei musta oo mihinkään. Eilen se sano mulle, että oon pelle, mutten yhtään hauska. Miks mä ees synnyin tänne? Oispa mulla ees yksi hyvä ystävä.” Enkelit tulivat hyvin surullisiksi kuultuaan tämän nuoren ajatuksia, mutta he kirjoittivat myös tämän oppilaan toiveen omasta ystävästä ylös muistikirjoihinsa. Enkeli Usko sanoi: ”Uskon, että tämä nuori löytää vielä hyvän ystävän!” Enkeli Toivo sanoi: ”Toivon, että tämä nuori oppii vielä arvostamaan ja puolustamaan itseään.” Mutta enkeli Rakkaus sanoi: ”Minä rakastan tätä nuorta juuri sellaisena kuin hän on!”

Usko, Toivo ja Rakkaus pohtivat Nivalan nuorten tilannetta. Heillä oli tiedossaan nyt monta nuorten haavetta, joiden toteutumisen puolesta he päättivät rukoilla. He päättivät rukoilla nuorille omaa viihtyisää kahvilaa, nuorille suunnattua toimintaa sekä ystäviä ihan jokaiselle. He rukoilivat myös toisen hyväksymisen ja arvostamisen puolesta. Sinä voit tehdä samoin ja rukoilla omien toiveittesi puolesta.

Usko, Toivo ja Rakkaus miettivät vielä, minkä neuvon he voisivat Nivalan nuorille antaa. Ihan siltä varalta, että epätoivo ja yksinäisyys saisivat ylliotteen. Enkeli Usko antoi neuvon: ”Usko unelmiisi, sillä usko siirtää vuoria!” Enkeli Toivo antoi neuvon: ”Toivo itsellesi aina parasta mahdollista. Kurkottele tähtiin, sillä unelmat ovat elämän kantava voima!” Enkeli Rakkaus antoi neuvon: ”Rakasta itseäsi sellaisena kuin olet, sillä meissä jokaisessa on rakastamisen arvoisia asioita. Ne voivat juuri nyt vielä olla piilossa sinulta itseltäsi, mutta jonakin päivänä tulet ne huomaamaan. Näin uskon ja toivon!”

Teksti: Virpi Mehtälä

Kesto: noin 6:20

ET OLE ROSKAA -HARTAUS

TEEMA:

Jumalan silmissä olet arvokas.

TARVIKKEET:

- Roskapönttö (mieluiten metallinen)
- Kertakäyttötavaraa: partaterä, muovisia ruokailuvälineitä, paperinenäliinoja, juomatölkki, jogurttipurkki, huopakynä
- Lehdestä leikattuja henkilökuvia, oma kuva kopioituna
- CD-levy Herz: Kuriton kakara, kappale Voittajana maalissa

TOTEUTUS:

Esittele tavaroita ääneti heittäen ne vuorotellen roskiin. Osoita ilmeellä, että ne ovat roskaa ja käytökelvottomia. Voit myös todeta ääneen niiden tarpeettomuuden: *"Eipä tästäkään kynästä ole enää mihinkään."* *"Mihin minä tätäkin tarvitsen?" Täyttä roskaa!"* jne. Esineiden tulisi kolahtaa roskikseen äänekkäästi, jos mahdollista.

Ota esiin henkilökuvia kuva kerrallaan. Sano jokaiselle jotain ikävää. *"En halua olla missään tekemisissä sun kans, enää ikinä!"* *"Mitä säkin luulet olevas?"* *"Täys idiootti!"* *"Kun Jumala loi sut, niin keksi samalla maailman parhaan vitsin."* *"Häivy mun elämästä!"* *"Ammun sut kuuhun!"* jne. Ruttaa samalla kuva ja heitä se roskiin.

Miltä kuulosti? Miltä pilkka tuntui? Et varmaan haluaisi itse joutua noiden sanojen kohteeksi. Toisen ihmisen mollaaminen tekee aina kipeää niin sinulle itsellesi kuin mollatullekin. Olemme tottuneet siihen, että tavaroita voi heittää roskiin, kun ne eivät enää palvele meitä. Voiko ihmisille tehdä samoin? Heittää ne sivuun, kun ärsyttävät, ovat idiootteja tai niiden pärsstäkerroin ei nyt vaan satu kiinnostamaan? Miltä sinusta tuntuisi jäädä kaveriporukan ulkopuolelle?

Entäpä, jos sinä itse et kelpaa itsellesi? Ota esiin oma kuvasi ja sano sille: "Mä oon ihan paska. Musta ei oo mihinkään. En varmaan saa koskaan tätä kouluakaan käytyä eikä kukaan tykkää musta." jne. Ruttaa oma kuvasi ja heitä se roskiin.

Elämässä voi hyljätä myös itsensä ja se tuntuu ihan yhtä pahalle kuin kaverin hylkääminen. Jumala ei kuitenkaan hylkää meistä ketään – hänelle emme ole roskaa. Jumalan silmissä jokainen on arvokas.

Ota roskiksesta yksi kuva ja silitä se suoraksi. *Näin Jumala haluaa tehdä meille: hän haluaa silottaa ilkeiden sanojen aiheuttamat tunnevammat ja korjata vääryydet, joita teemme toisia ja itseämme kohtaan. Jumala haluaa, että meillä kaikilla olisi hyvä olla toistemme ja itsemme kanssa.*

Mutta tuleeko se Jumala tuolta taivaasta tänne paikkaamaan haavamme laastaripaketti takatassussa? Hyppää keskellemme kuin Superman – tadaa, pelastan kaikki! Jähmettyy sitten kauhusta, ai teitä onkin näin monta!! Kiirettä pitäisi Jumalalla ehtiä joka paikkaan – niin paljon me täällä toisiamme vahingoitamme. Vai hyppääkö se Jumala pilven reunalta laskuvarjolla? No, eipä taida! Miten Jumala toimii? Osaako joku sanoa? Jumala toimii niin, että hän saa meidät toimimaan oikein toisiamme kohtaan.

Kultainen sääntö on opetus Raamatusta: ”Kaikki, mitä te tahdotte ihmisten tekevän teille, tehkää te heille” (Matt. 7:12). Ota roskiksesta kaikki rutatut kuvat ja jaa ne nuorille, jotta jokainen saa itse silottaa yhden kuvan suoraksi. Sinäkin voit itse olla ystäväsi tukena, jos häntä on kohdeltu väärin. Sinäkin voit pelastaa ystäväsi päivän, sanomalla hänelle jotain hyvää. Voit myös pelastaa oman päiväsi, ajattelemalla itsestäsi jotain hyvää, muistamalla oman kipinäsi.

LÄHTEET: Chesterton, C. 1998. 77 ideaa päivänavauksiin ja iltahetkiin. Hämeenlinna: Päivä Osa-
keyhtiö. s. 55-56. (Mukailtu versio)

RUKOUS:

Rakas Jumala,

anna minulle tänään voimia toimia oikein ystäviäni kohtaan.

Anna minulle ymmärrystä hyväksyä itseni sellaisena kuin olen,
täydellisenä, mutta keskeneräisenä.

Rakas Jumala,

ole vierelläni silloin, kun haluaisin sanoillani tai teoillani satuttaa muita,
muistuta minua siitä, että se on väärin.

Sillä enhän minäkään haluaisi itseäni kohdeltavan niin.

Anna meidän kaikkien sydämiin toisemme hyväksyvä mieli,
sillä sinä olet luonut meidät kaikki tasa-arvoisiksi.

Kukaan meistä ei ole toistaan huonompi,
eikä kukaan meistä ansaitse joutuvansa heitetyksi roskakoppaan.

Aamen.

LAULU: Kuunnellaan Herz: Voittajana maalissa (3:38)

KYSYMYKSET OPPILAIDEN PALAUTTEESEEN

Palautetta kerätessä oppilaille kerrotaan, että oman mielipiteen ilmaisu on yksi tärkeä taito, joka liittyy hyvään itsetuntoon ja sitä harjoitellaan myös tämän palautteen antamisen yhteydessä. Korostetaan rehellisen palautteen merkitystä sekä sitä, että palautteen avulla pystytään kehittämään asioita parempaan suuntaan.

Kysymyksiin 1-5 oppilaat vastaavat toiminnallisten menetelmien avulla.

Kysymykset 1-3 -> kaksi koria KYLLÄ ja EI. Oppilas vie kiven joko KYLLÄ tai EI -koriin oman mielipiteensä mukaan.

Kysymykset 4 ja 5 -> Isolla paperilla on kaikki vaihtoehdot, joista oppilas käy merkkäämassa rastilla omasta mielestään parhaan vaihtoehdon.

Kysymykset 6-10 -> henkilökohtainen vastaus lomakkeelle kirjallisesti

1. Saitko mielestäsi osallistua riittävästi Kipinän hetki -tapahtuman suunnitteluun?
2. Oliko oppitunneissa mielestäsi tarpeeksi mukavaa tekemistä?
3. Oliko Kipinän hetki -tapahtumassa mielestäsi tarpeeksi toiminnallisuutta?
4. Mikä oli mielestäsi Vinnurvassa parasta ohjelmaosiossa?
Säkki -tehtävä, ”Jos olisin kukka” -tutustumisleikki, Paikkasalaatti ”Minä osaan”, Vahvuusesine, Mielikuvamatka, Auringonkukka -tehtävä, Itsetunto -Alias, Kolme enkeliä -tarina, Peili -tehtävä
5. Entä koko tapahtumassa? Edellisten lisäksi:
Vapaa-aika, yhdessäolo, hartaus, elokuva
6. Miten käsityksesi omasta itsestäsi muuttui näiden tapaamisten aikana?
7. Millaisia vaikutuksia harjoituksilla ja oppitunneilla oli omaan itsetuntoosi?
8. Mitä uutta opit itsetuntoon liittyvistä asioista?
9. Minkälainen fiilis sinulle jäi näistä tapaamisista?
10. Mitä muuta haluat sanoa? Mitä olisit toivonut tehtävän toisin?

PALAUTEKYSELY

Vastaa seuraaviin kysymyksiin mahdollisimman laajasti ja monipuolisesti oman näkemyksesi mukaan.

11. Miten käsityksesi omasta itsestäsi muuttui näiden tapaamisten aikana?

12. Millaisia vaikutuksia harjoituksilla ja oppitunneilla oli omaan itsetuntoosi?

13. Mitä uutta opit itsetuntoon liittyvistä asioista?

14. Minkälainen fiilis sinulle jäi näistä tapaamisista?

15. Mitä muuta haluat sanoa? Mitä olisit toivonut tehtävän toisin?

KYSYMYKSIÄ KIPINÄN HETKI -PROSESSIN ARVIOINNIN TUEKSI

Kiitos, että olet ollut mukana yhteisessä matkassa JOPO-luokkalaisten itsetunnon vahvistamiseksi. Opinnäytetyö-prosessini on loppusuoralla ja toivoisin saavani sinulta palautetta Kipinän hetki -prosessin eri vaiheista. Alla on muutamia kysymyksiä arviointiasi helpottamaan. Kysymyksiin 1-3 tarvitsen välttämättä vastauksen, koska ne liittyvät opinnäytetyöni kehittämistehtäviin. Palaute saa olla vapaamuotoinen ja voit vapaasti antaa palautetta muistakin aiheista kuin, mitä kysymyksissä on tuotu esille.

1. Pystyykö mielestäsi seurakunnan nuorisotyö tukemaan JOPO-luokan kasvatustyötä Kipinän hetki -prosessin mallin mukaisesti?
2. Onnistuinko mielestäsi saamaan toiminnallisuutta itsetuntoa vahvistavaan tapahtumaan?
3. Onnistuinko mielestäsi osallistamaan nuoria tapahtuman suunnitteluun riittävästi?
4. Onnistuinko mielestäsi havainnollistamaan itsetuntoon liittyviä asioita nuorelle sopivalla tavalla?
5. Hyötyivätkö oppilaat tapahtumasta?
6. Miten arvioit prosessin vaikuttaneen oppilaiden itsetuntoon / tietämykseen, mitä itsetunto tarkoittaa?
7. Miten arvioit prosessin vaikuttaneen oppilaiden ajatteluun? Herättikö se ajatuksia itsetuntoon liittyvistä kysymyksistä?
8. Mikä oli hyvää, mikä huonoa?
9. Mitä olisit toivonut tehtävän toisin/ lisää?
10. Miten yhteistyö sujui prosessin aikana?
11. Miten arvioit ohjaustaitojani JOPO-luokkalaisten ohjaamisessa? (oppitunnit ja tapahtuma)
12. Onko vanhemmilta/ huoltajilta/ oppilailta tullut palautetta tapahtumasta?

Lämmín kiitos ja aurinkoista kevättä!

Vírpí

